E bine de știut

Somnul insuficient încetinește metabolismul și crește nivelul hormonului cortizol, ceea ce determină un apetit crescut pentru carbohidrați rafinați, corelat cu scăderea capacității organismului de a arde calorii.

Totodată, corpul produce prea multă grelină (hormonul asociat cu senzația de foame) și prea puțină leptină (hormonul asociat cu senzația de sațietate), rezultând riscul crescut de obezitate.

Slăbirea sistemului imunitar. Dacă nu veți dormi suficient, sistemul imunitar va fi în mod cert afectat. Fără un somn adecvat, organismul nu va avea suficient timp la dispoziție pentru a-și menține sistemul imunitar în stare bună. În timp, organismul nu va mai îndeplini funcții precum: repararea celulelor deteriorate sau protecția împotriva virusurilor sau va declanșa răspunsuri autoimune nejustificate (alergii).

De la odihnă insuficientă la obezitate

Crește riscul de boli cardiovasculare. Somnul ajută vasele de sânge ale inimii să se vindece și să se reconstruiască, la fel cum somnul insuficient afectează și procesele care mențin stabilă tensiunea arterială și nivelul glucozei din sânge. Pe lângă acestea, somnul influențează și controlul inflamației.

Somnul insuficient accentuează riscul de boli cardiovasculare.

E bine de știut câte implicații nefavorabile asupra sănătății poate aduce lipsa celor 7 ore de somn nocturn necesare.

Dr. ANDY ANDREI

Lecții de nutriție

8 alimente lăudate care trebuie... evitate

De fiecare dată când vedeți un produs pe raft aveți ocazia de a lua o decizie: merită sau nu să ajungă în coșul meu de cumpărături?

Iată însă că nu toate mâncărurile despre care se spune că sunt sănătoase merită cu prisosință acest statut, consideră dr. nutriționist Laura Ene.

Alimentele fără grăsimi

După ce am identificat grăsimile saturate drept inamicul public numărul unu, producătorii s-au asigurat că îl elimină din alimentele lor. Pentru a compensa gustul fad care rezultă în urma acestei operațiuni, au apelat la zahăr. Așadar, nu vă lăsați păcăliți de caracteristicile produsului promovate pe ambalaj, ci verificați toate ingredientele.

Batoanele de cereale

Au devenit unele dintre cele mai populare gustări. Reclamele ni le prezintă ca pe un delicios mix de cereale, nuci și fructe, cu o abundență de fibre. De fapt, ceea ce vă atrage la ele este gustul oferit de un nivel ridicat de zahăr. Pentru că la capitolul nutrienți nu stau la fel de bine. Înlocuiți-le cu o gustare simplă, dar sigură, formată dintr-un măr și câteva migdale crude.

Alimente la conservă

Fasolea este minunată datorită fibrelor și proteinelor din compoziție. Dar nu vă grăbiți să vă bucurați de acest fel de mâncare fără niciun pic de efort, cumpărând fasolea gata pregătită. În conservă veți găsi o combinație de fasole, zahăr, sodiu și alți aditivi. Evitați sarea, conservanții și aditivii inutile, fierbând boabele acasă și condimentându-le cu ierburi aromatice.

Biscuiții de orez expandant

Biscuiții de orez reprezintă una dintre alegerile milioanelor de oameni care încearcă să se debaraseze de surplusul de kilograme ținând dietă. Deși pufoși și aerisiți, aceștia nu sunt atât de inocenți pe cât par. Nu au nici fibre și nici proteine, dar în schimb conțin o multitudine de carbohidrați. Prin urmare, au multe calorii, dar nu vă dau și senzația de sațietate.

Alimentele organice sau fără gluten

Produsele organice și fără gluten își trăiesc acum momentul de glorie. Ceea ce nu ni se spune este că aceste alimente pot fi bogate în zahăr și grăsimi nesănătoase. Cu alte cuvinte, valoarea lor nutritivă nu este deloc în avantaj. Adevăratele alimente organice și fără gluten sunt fructele și legumele proaspete.

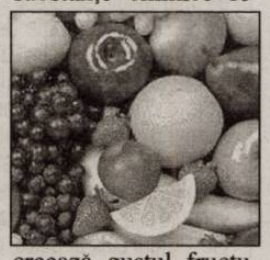
Covrigeii de tip „pretzels”

Milioane de oameni din întreaga lume rontăie zilnic covrigei uscați, plecând de la premisa că sunt sățioși fără a fi bogați în grăsimi. De fapt, au un nivel nepermis de mare de sodiu și sunt lipsiți de valoare nutritivă. Dacă simțiți că vă co-

plește pofta, vă sfătuiesc să mâncați câțiva astfel de covrigei alături de alimente care să vă ofere proteine și fibre. De exemplu, cu iaurt cu conținut scăzut de grăsimi sau cu un măr.

Sucurile naturale

„100% fruct”, „100% natural” – pe multe cutii de suc au apărut aceste formulări-cheie. Într-adevăr, răspund nevoii noastre de a cumpăra produse cât mai proaspete, cât mai autentice. Dar conținutul nu este în acord cu promisiunea de pe ambalaj. Practic, un mix de substanțe chimice re-



creează gustul fructului perfect. Iar noi sfârșim prin a bea apă aromatizată. Dacă vă gândiți că soluția ar putea fi să preparați singur sucul acasă, nu ați obține un rezultat mult diferit. Prin stoarcere, eliminați complet fibrele și rămâneți doar cu zahărul. Așadar, dacă țineți la silueta și la sănătatea dumneavoastră, optați pentru fructele proaspete consumate ca atare.

Băuturile energizante pentru sportivi

Puteți fi tentați să apelați la astfel de lichide-minune dacă vreți să vă autodepășiți la sală. Dar ar trebui să știți înainte că băuturile pentru sportivi conțin arome, zahăr și electroliți. Vă recomand să renunțați la ele în favoarea apei plate îmbogățite cu multivitamine efervescente atunci când faceți un efort fizic susținut.

Gastronomice

Varză de Bruxelles cu brânză

1 kg varză de Bruxelles, 2 linguri unt, 3 linguri brânză, sare.

Se fierbe varza în apă multă și se scurge. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se presară brânză rasă. Se așază varza, punând între rânduri puțină brânză rasă și unt. Se presară brânză și deasupra, se stropește cu unt, se dă la cuptor câteva minute, până se rumenește.

Calcan în sos de vin

1-1,5 kg calcan, 2-3 cepe, o lămâie, ulei, sare, piper, verdeață, 1 litru vin.

Se curăță, se spală peștele. Se curăță ceapa și se taie în solzi subțiri, se pune la foc cu ulei, să se înmoaie bine. Deasupra se pune peștele porționat, se toarnă vinul, se pune sare, piper, pătrunjel verde tocat, zeama de lămâie și se dă la cuptor la foc mic, aproximativ 20-25 de minute.

Dovlecei umpluți

6 dovlecei mijlocii, 200 g brânză de vacă, 1 ou, o lingură pesmet, 2 linguri orez, o ceapă mică, verdeață tocată, 2 linguri unt, 4 roșii sau o lingură bulion.

Se curăță dovleceii, se taie în două sau în trei bucăți, după mărime, și se scobește miezul. Separat se freacă brânza de vacă cu ou și cu pesmet. Se adaugă orezul fiert cu puțină apă, o ceapă mică tocată și rumenită cu unt, sare, piper, verdeață tocată. Cu această compoziție se umplu dovleceii, se rumenesc pe toate părțile, în cratiță, cu o lingură de unt. Deasupra se toarnă un sos de roșii și se dau la cuptor să fiarbă înăbușit, până sunt dovleceii fragezi.

Fursecuri cu miere

250 g miere, 100 g zahăr pudră, 75 ml ulei, 4 ouă, o lămâie, 200 g nuci, 400 g făină, scorțișoară măcinată, 1 plic praf de copt, 25 g unt.

Se bat albușurile spumă împreună cu 80 g zahăr, se adaugă pe rând mierea, uleiul, nuca măcinată, coaja rasă de lămâie, scorțișoara, praful de copt stins în zeama de lămâie, gălbenușurile și la urmă făina. Se amestecă toate ingredientele și se toarnă într-o tavă unsă cu unt. Se dă tava la cuptor și se coace la un foc potrivit. Se lasă să se răcească în tavă, se pudrează cu zahăr și se taie în bucăți mici.

Dosarele frumuseții

Câteva secrete ale bronzului rezistent

Învingând teama generată de Covid-19 și respectând tradiția verii, sexul frumos nu renunță la plajă, pentru a dobândi bronzul, eternul simbol al atractivității. Dar, nu-i lipsit de interes să aflăm câteva secrete privind rețeta bronzului rezistent și sănătos.

Înainte de a pleca la mare, cu aproximativ o săptămână, introduceți în meniul zilnic unele alimente bogate în betacaroten. Este vorba despre legume și fructe, în special de culoare portocalie și roșie, care conțin betacaroten. Acesta în timpul digestiei se transformă în retinol. Apoi, retinolul (vitamina A) este transportat în celule permițând sinteza melaninei, care este responsabilă de pigmentarea pielii, așadar de bronzare. Morcovul este sursa ideală de betacaroten, dar puteți consuma și roșii, pepene, mure, afine, piersici, cireșe, zmeură, caise, mango. Nici în zilele de plajă nu trebuie să le ocoliți.

Hidratarea pielii și bronzarea progresivă sunt alte elemente importante din rețeta bronzului sănătos și rezistent. Astfel este recomandat să faceți plajă 2-3 ore în fiecare zi, dimineața și după-amiaza, evitând orele cu radiațiile UV cele mai intense, respectiv de la 11 la 16.

Încă un detaliu: aplicarea cremei de fotoprotecție este obligatorie. În primele zile ideală ar fi o cremă cu FPS 50, apoi cremă de fotoprotecție FPS 20 sau 30. Veți evita în acest fel arsurile solare și veți obține un bronz arămiu ultrarezistent.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-urile – o ameninţare?

Luis Elizondo a fost mult timp şeful programului OZN al Pentagonului, iar acum este director pentru programe şi servicii guvernamentale al „Academiei** To The Stars" **(TTSA). Pe 28 aprilie 2020, Guillermo Arduino i-a luat un interviu pentru CNN în limba spaniolă. Am extras mai jos câteva idei din acest interviu.

Discuţia a plecat de la faptul că subiectul OZN-urilor a explodat recent, atunci când guvernul american a recunoscut că trei videoclipuri aflate în circulaţie reprezintă contacte şi înregistrări autentice ale unor OZN-uri, făcute de piloţi militari din SUA. Incidentele au avut loc acum câţiva ani, dar abia acum guvernul a eliberat aceste videoclipuri, ceea ce ridică multora suspiciunea că ei mai ascund şi alte informaţii în acest domeniu.

Elizondo a spus că niciodată înainte nu fusese interesat de subiectul OZN şi nu a cerut să facă parte din acest program. A lucrat mult timp cu agenţi de informaţii, dar la un moment dat a trebuit să preia o sarcină nouă, pe care i-a trasat-o şeful său. A adăugat că nu este un fanatic; rolul său era ca, folosind datele OZN existente, să caute justificări şi să facă cercetări pentru a construi o explicaţie pentru decidenţi. Trebuia să afle repede ce este, chit că a venit de pe Marte, chit că era un avion super-secret din Rusia.

Informaţii analizate

El a precizat că a părăsit Pentagonul acum 2 ani şi ceva, după ce făcuse parte din programul OZN mai bine de un deceniu. Şi, în mod suficient de ironic, motivul plecării a fost tocmai loialitatea şi patriotismul său faţă de Departamentul Apărării (DoD). Problema a fost că birocraţia din Pentagon, nu i-a permis ca informaţiile obţinute să fie raportate conducerii DoD.

Aceste informaţii fuseseră obţinute din sistemele militare americane, în principal din date electro-optice, date radar şi bineînţeles din relatări ale martorilor oculari: bărbaţi şi femei în uniformă. Aceste informaţii au trecut prin biroul său, au fost analizate, iar rezultatele au fost îngrijorătoare. Erau obiecte care nu se ştia ce erau, nu se ştia cum funcţionează, dar care zburau cu impunitate în spaţiul aerian controlat.

Elizondo a spus că nu vrea să speculeze dacă guvernul ştie sau nu ştie ce sunt aceste apariţii. Dar în perioada în care a fost angajat, nimeni nu ştia dacă acestea erau sau nu aeronave ale unei ţări străine, sau americane ori erau ceva cu totul diferit. Pe baza cercetărilor efectuate erau destul de siguri că acestea nu erau tehnologii proprii ori tehnologii ale unui adversar, ceea ce, după părerea sa, lăsa puţine alte opţiuni.

La întrebarea că, după cum se vede că se mişcă în videoclip, cu viteză şi neregulat, obiectele ar trebui să fie ceva de dincolo de Pământ, Elizondo a răspuns că e foarte logic, ţinând cont de caracteristicile de zbor, de acceleraţia extremă, viteza hipersonică, mobilitatea şi capacitatea de a zbura fără aripi sau motor. Dar el nu voia să fie tentat să avanseze o opinie sau un răspuns prematur. E un drum lung de parcurs. Ar trebui să se colecteze mai multe date, ar trebui mai multe fapte, înainte de a putea formula cu adevărat o opinie concisă, într-un fel sau altul, care să lămurească de unde provin aceste obiecte, cine le conduce şi care sunt intenţiile lor.

Ar putea fi un adversar şi, în acest caz, ar exista multe probleme, deoarece ar însemna că s-a produs un salt tehnologic într-o altă ţară. Ar fi posibil? Da. Dar el crede că este foarte puţin probabil. Următoarea alternativă ar fi că tehnologiile sunt americane. Din nou este extrem de improbabil, deoarece Congresul, care are aceeaşi autorizaţie de securitate pe care o are şi el, primeşte rapoarte despre aceste obiecte şi nimănui nu i s-a spus că ar fi o tehnologie americană. În plus, nimeni n-ar testa o tehnologie super-secretă în preajma altor operaţiuni militare, ca întreaga lume s-o poată vedea. Ultima variantă este dacă ar putea fi „dintr-un alt loc"? Sigur că s-ar putea, dar el credea că ar trebui să se colecteze mai multe informaţii şi poate să fie aduşi şi oameni de ştiinţă, teologi, universitari. El avusese la dispoziţia sa pe unii dintre cei mai buni oameni din Pentagon şi din comunitatea de informaţii, dar poate trebuia să fi fost incluse şi multe alte persoane cu experienţă.

Astronauţii trec prin carantină pentru a nu aduce forme de viaţă din spaţiu. O

întrebare este dacă au fost cumva puşi să semneze şi un angajament de nedivulgare (NDA) a unor lucruri pe care le-au văzut acolo. Aceeaşi întrebare a fost adresată acum şi lui Elizondo. Acesta a spus că nu este liber să vorbească despre orice. Trebuie să fie foarte atent cu ceea ce spune. Atât timp cât nu sunt informaţii clasificate, poate vorbi liber, dar există multe informaţii despre care nu are voie să vorbească, din cauza NDA-urilor pe termen lung sau a contractelor cu guvernul american.

La întrebarea dacă există dovezi că nu suntem singuri în Univers, Elizondo a răspuns că şi un virus poate fi considerat o formă de viaţă extraterestră, deoarece are multe caracteristici ale unui organism viu. Noi cheltuim milioane şi milioane de dolari cu NASA pentru a găsi viaţă microbiană pe Marte. Cheltuim foarte mulţi bani şi pentru a găsi, cu ajutorul radiotelescoapelor, semnale radio venite de la milioane de ani-lumină distanţă. Dar ceea ce am putea face mai bine ar fi să luăm o cameră foto şi să o instalăm aici, ca să vedem dacă nu cumva *ei* şi-au făcut deja un drum până aici.

De ce oare guvernul a făcut publice cunoscutele videoclipuri cu OZN-uri? Pentru a furniza informaţii? Pentru a declanşa conversaţii? Au fost forţaţi să împărtăşească aceste informaţii? Elizondo a spus că nu doreşte să facă speculaţii, pentru că ar putea greşi, dar crede că este un semn important. Marina, anul trecut (2019), a declarat că aceste videoclipuri sunt reale, iar acum şi Departamentul Apărării a spus că sunt reale, că au fost înregistrate de aeronave militare şi că sunt OZN-uri, orice ar înseamna aceasta. Elizondo spera că Departamentul Apărării va continua cu politica de transparenţă şi nu credea că trebuie să ne temem de aceste informaţii. Este o realitate, este acolo...

Securitate naţională

Întrebat despre dimensiunea acelor obiecte, răspunsul a fost că videoclipurile conţin metadate clasificate, dar dincolo de ele, obiectele filmate au de la 6 până la 12 sau 15 metri. Unii le-au descris ca o bomboană *Tic Tac* albă, sau ca un ou neted. Alţii ca un disc, sau triunghi; dar probabil există o varietate de forme. Există şi un serial documentar TV în acest sens, în care martorii oculari militari îşi exprimă îndoiala că aşa ceva s-ar putea fabrica aici pe Pământ. Se numeşte „Neidentificat: în miezul investigaţiei americane a OZN-urilor". A fost difuzat pe *History Channel*.

Martorii oculari sunt foarte importanţi, dar numai cu declaraţiile lor nu poţi demonstra ori respinge un caz. Dacă le-am putea însă corobora şi cu date radio, video, ori radar, le-am putea studia şi înţelege mai bine. Cât Elizondo a fost în Pentagon, s-a concentrat pe incidentele militare. Acum, când este în sectorul privat, poate vorbi şi cu alţii, cu care nu a putut vorbi până acum. Guvernul american investeşte miliarde pentru a avea o strategie avantajoasă împotriva adversarilor străini. Dar când cei mai buni dintre cei mai buni ne spun – vizavi de OZN-uri – că nu au idee despre ce este vorba, sau de unde provin, şi că aeronavele noastre nu pot funcţiona în modul acesta, ne confruntăm cu o problemă de securitate naţională.

„Cred că provocarea majoră este în noi înşine – a continuat Elizondo – Avem tendinţa să privim lucrurile prin ceea ce ştim. Atunci când ai de-a face cu ceva care se află în afara paradigmei tale de înţelegere, nu există nicio cale să ai un răspuns concret, deoarece nu există date la care să te poţi raporta. Este ca şi cum aş încerca să-i explic cuiva care nu distinge culorile, cât de frumos este apusul de soare. Mulţi cred că apariţiile sunt nave extraterestre, alţii că sunt omuleţi verzi, iar alţii cred că există un motiv foarte raţional şi logic în spatele tuturor acestor lucruri. Trebuie să ne păstrăm toate opţiunile pe masă până când vom înţelege mai bine ce se întâmplă".

Dar sigur este o problemă de securitate naţională – mai crede Elizondo. Pentru a determina dacă ceva este o ameninţare, trebuie să te uiţi la două lucruri: capabilităţi, versus intenţie. Momentan se pot vedea capabilităţile, dar nu ştim care este intenţia şi nu ştim dacă este o ameninţare. Este ca şi cum în casa ta, înainte de a te culca, încui uşile şi îţi porneşti alarma, iar dimineaţa te trezeşti şi vezi urme de noroi în sufrageria ta. Nimeni nu a fost rănit, nimic nu a fost luat, dar există urmele de noroi. Este o ameninţare? Ar putea fi. Aşa trebuie să ne uităm la asta, din această perspectivă. Dacă a vrut să fie o ameninţare, dacă potenţial ar putea fi o ameninţare. Şi trebuie să fim atenţi.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Autostrada A6

Între anii 1986 şi 1997, pe o lungime de 200 de kilometri ai autostrăzii A6 din Franţa au fost ucise ori au dispărut 14 femei tinere. Coincidenţă sau asasinate în serie? Justiţia bate pasul pe loc.

Un diavol fără nume

Medicul legist i-a prezentat mamei adolescentei în vârstă de 13 ani Carole Soltysiak câteva bijuterii. Betti le-a recunoscut imediat, apoi a fost condusă în-

Carole Soltysiak

tr-o mică încăpere de lângă cabinetul doctorului. Pe o targă, acoperită cu un cearceaf alb, se afla trupul neînsufleţit al fetei. Disperarea femeii a fost de nedescris, aceasta încercând să se trezească din coşmar. Din păcate, trăia în realitate.

Ea trăia; fiica sa, asasinată în cel mai odios mod posibil în pădurea Ramus, nu mai era decât un corp mutilat. A doua zi, Betti a plecat desculţă, pe jos, în miezul lunii noiembrie a anului 1990, la părinţii săi. Le-a spus doar atât: „Vreau să mi se explice!" Şi în ziua de astăzi, ea aşteaptă un răspuns despre viol şi crimă, punându-şi la nesfârşit una şi-aceeaşi întrebare scurtă: „De ce?"

Marie Pichon aşteaptă şi ea un răspuns, de şi mai mult timp. Christelle Maillery avea 16 ani în decembrie 1986, când a fost ucisă

Christelle Maillery

cu 36 de lovituri de cuţit, în oraşul Creusot. La fel de greu trec anii şi pentru Arlette Maire. În septembrie 1987, jandarmii i-au spus că l-au găsit repede pe asasinul fiicei sale, Nathalie (18 ani), care lucra în zona A6, între Chalon-sur-Saône şi Mâcon.

Aceasta din urmă a fost găsită chiar de către sora ei, în chioşcul unde vindea gustări, de asemenea torturată şi

Christelle Blétry

ucisă în mod sadic. Făptuitorul a rămas necunoscut. În fine, în ziua de 28 decembrie 1996, pe aceeaşi arie relativ restrânsă, un poştaş a găsit trupul tinerei Christelle Blétry, străpuns de 123 de ori cu o armă albă. Anchetatorii au considerat că există piste de cercetare, însă acestea nu au dus la niciun rezultat.

Triunghiul groazei

Cele patru odioase fapte au fost comise la sud de Bourgogne, de-a lungul autostrăzii A6, la distanţe de câţiva kilometri una de cealaltă. Presa a numit zona „triunghiul groazei". Ciudat este şi faptul că, deşi între fapte există similitudini evidente, nimeni nu pare să le fi observat. Oricum, nu la timp, pentru a stopa fenomenul. Fie şi numai modul de operare trimite în mod cert la ideea unui/unor ucigaş(i) în serie. În martie 2003, mamele celor patru victime sus-menţionate, constituite într-o mică asociaţie, s-au întâlnit cu soţia ministrului Internelor de atunci, Nicolas Sarkozy. Ulterior, s-a solicitat crearea unei celule de anchetă pentru crimele în serie din Bourgogne.

Zis şi făcut, numai că numărul acestora era mult mai mare, iar anchetatorii au mers pe pista – nu a unui singur făptuitor, ci a mai multora. Una dintre ipotezele prioritare a fost şi aceea a unui psihopat, s-au putut preleva şi probe biologice, s-au efectuat arestări, însă lucrurile au luat şi turnuri mai mult decât aberante.

După cum bine ştim, oricât de odioşi ar fi marii asasini, invocarea drepturilor omului (care oameni? – n.n.), sistemele judiciare găsesc întotdeauna motive „rezonabile" pentru a le oferi posibilitatea să trăiască destul de liniştiţi, timp de zeci de ani. Dar mai concret despre încrengăturile unei justiţii pământeşti care omite chinurile unor victime nevinovate, în numărul viitor al „Magazin"-ului.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Vaporul de piatră

Între ceea ce numim minuni ale lumii în care trăim – lucruri însă absolut reale, concrete, şi nu invenţii fantasmagorice – pe tot cuprinsul planetei se află fabuloase monumente şi complexuri megalitice a căror origine este, în mod cert, nonnaturală şi deci artificială.

Pădurea din vecinătatea oraşului japonez Asuka (districtul Takaichi, din prefectura Nara) adăposteşte astfel de construcţii incredibile, dintre ele cel mai enigmatic fiind un monolit riguros sculptat, denumit „Vaporul de piatră".

Un colos antic

La drept vorbind, structura nu seamănă cu nimic cunoscut, dacă ne putem exprima astfel. Asuka este un sit antic ce datează din aşa-numita perioadă Tumulus (250-552 d.Hr.), supranumit Kofun jidai, ceea ce semnifică „Epoca Lumii Vechi". Aceasta se caracterizează printr-un tip particular de tumuli mult-răspândiţi în acele vremuri, între care abundă pietrele de granit sculptat în forme insolite.

Cea mai interesantă astfel de realizare este Masuda-no-Iwafune („Stânca-navă din Masuda"), amplasată în apropierea culmii unui deal şi având dimensiuni impresionante: 11 metri lungime, 8 metri lăţime, 4,7 metri înălţime şi greutatea de 800 de tone.

Masuda-no-Iwafune

Primele întrebări apărute sunt: care pot fi natura şi scopul realizării megalitului, cine, când şi cu ce motivaţie (alta decât scopul său) l-a construit? Din păcate, după mai mult de un mileniu şi jumătate, misterul persistă. Există în schimb, desigur, numeroase ipoteze, mai mult ori mai puţin realiste.

În regiune se află numeroase temple şi sanctuare budiste, ceea ce ar putea trimite la ideea că sculptura a fost realizată de budişti, probabil într-un scop religios sau ceremonial. Totodată însă, ea nu seamănă deloc cu stilul sau cu construcţiile specifice acestei religii străvechi.

Navă acvatică sau navă cosmică?

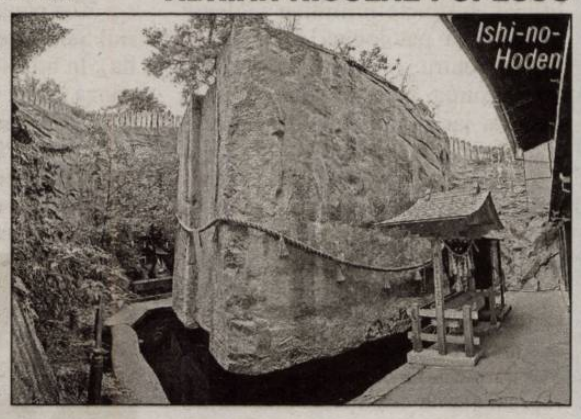
Un interes aparte îl constituie faptul că Masuda-no-Iwafune prezintă similitudini cu un alt bloc de piatră neobişnuit din Japonia, însă mai mic ca dimensiuni, situat în oraşul Takasago, la circa 100 de kilometri de Asuka. Megalitul Ishi-no-Hoden (traducerea este una vulgară, dar este numit şi „Piatra zburătoare") măsoară 5,7 × 6,4 × 7,2 metri şi cântăreşte aproximativ 500-600 tone. Aşadar, cercetătorii apreciază că urmele de prelucrare indică fără dubii că acesta nu a fost definitivat.

După cum se precizează în sursele disponibile, se estimează că volumul de rocă procesată este de aproximativ 400 de metri cubi, iar greutatea, de aproximativ 1.000 de tone. În plus, trebuie remarcat că în imediata sa vecinătate se află un altar shintoist pe două etaje, ce pare aproape neglijabil în comparaţie cu monolitul.

Şanţurile de pe părţi seamănă cu detaliile tehnice în funcţie de care ar trebui să se mişte ceva. Sau, dimpotrivă, piatra în sine trebuia să facă parte dintr-o unitate mai mare. În acest caz, ar fi fost planificat să se mute acest megalit într-o structură pe orizontală. Este, de asemenea, posibil ca acest monolit să fi servit ca unul dintre pilonii unor structuri imense.

Ishi-no-Hoden reprezintă un loc sacru, motiv pentru care accesul pe vârful său este interzis. Pe de altă parte, experţii care l-au studiat afirmă că nu există urmele unei prelucrări a rocii prin tehnologii cunoscute. Şi, ca pentru a completa enigma, legende locale susţin că megalitul a fost început ca palat al unor zei (kami), ce trebuia să fie construit „peste noapte". Însă, din motive necunoscute, el nu a fost terminat, iar despre acei Oo-kuninusi-no kami (Dumnezeu patronul marelui pământ) şi Sukuna-Bikona-no kami (Dumnezeu-băiat) nu se mai cunoaşte nimic oficial.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

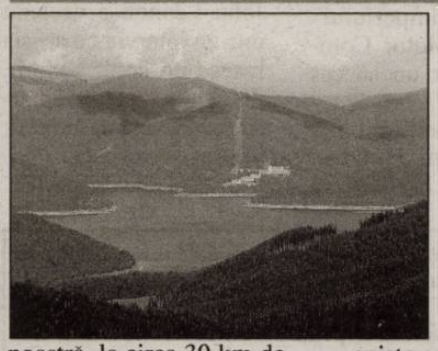


100 *de locuri de văzut în România*

Lacul Vidra

Mai puţin cunoscut decât „fratele" său mai mare, Vidraru, Lacu Vidra este mult mai sălbatic şi considerat mult mai misterios de către turişti. Peisajul este superb pe şoseaua ce şerpuieşte prin munţi, printre pădurile de foioase si conifere, iar odată ajuns la Lacul Vidra, acesta se dezvăluie timid publicului.

Amplasat la cea mai mare altitudine din ţara noastră, la circa 30 km de staţiunea Voineasa, lacul Vidra s-a format ca urmare a construirii barajului Vidra pe râul Lotru, în el fiind captate însă şi alte râuri prin sistemul de aducţiuni şi captări secundare. Lacul a fost inaugurat în anul 1972 şi are un volum de 340 milioane metri cubi şi o suprafaţă de circa 940 de hectare, fiind înconjurat de păduri strajnice de molid.



Dacă se pleacă din Vidra spre nord-vest pe drumul care merge paralel cu lacul de acumulare se ajunge după circa patru kilometri la barajul cu acelaşi nume. Această construcţie hidrografică este singura de acest tip din zonă fiind realizată din anrocamente şi nu din beton.

În apropierea barajului se pot observa apele care sunt aduse prin intermediul unei galerii de captări dinspre nord, arătând ca o cascadă albă şi vizibilă doar atunci când nivelul apei din lac este scăzut. Din acest punct se începe coborârea pe serpentine care duc spre partea din aval a barajului.

Pe partea dreaptă a drumului betonat se observă o fostă carieră de piatră „Chioara", de unde au fost luate şi materialele necesare pentru construcţia barajului, înalt de 121 m. Localnicii povestesc şi că în această zonă exista o mină de aur care era ţinută în secret, dar care a fost folosită de către naziştii din perioada celui de al Doilea Război Mondial. Aceştia lucrau cu prizonierii şi atunci când au auzit că Germania a fost învinsă au dinamitat zona. De aceea, nimeni nu a mai putut localiza cu exactitate unde se afla grota, pietrele rezultate din explozie acoperind aproape toată zona.

GABRIEL TUDOR

Sărbători creştine

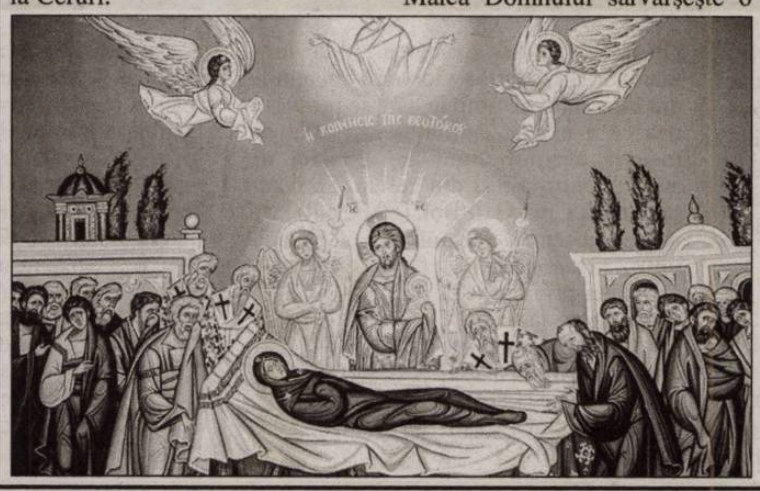
Adormirea Maicii Domnului

Peste câteva zile, pe 15 august, Bisericile Creştine – atât cea Ortodoxă cât şi cele Greco şi Romano Catolice, prăznuiesc „Adormirea Maicii Domnului".

Aceasta reprezintă una dintre sărbătorile dedicate peste an Sfintei Fecioare: „Naşterea Maicii Domnului" prăznuită la 8 septembrie, „Intrarea Maicii Domnului în Biserică" – 21 noiembrie, „Buna Vestire" – 25 martie şi aceasta din urmă „Adormirea Maicii Domnului" numită în multe regiuni ale ţării „Maria mare".

Aşa cum se ştie, Maica Domnului l-a însoţit pe Mântuitorul nostru în multe dintre propovăduirile sale iar la vremea Patimilor va fi la piciorul Crucii, cu inima sfâşiată după profeţia dreptului Simeon.

Deşi răstignit Iisus nu-şi uită mama pe care o încredinţează spre îngrijire ucenicului său iubit Ioan Apostolul. I se arată după Înviere şi este martora Înălţării la Ceruri.



Devine inima micii colectivităţi de ucenici şi apostoli din Ierusalim, este mereu prezentă la adunările lor şi se află alături de ei în ziua Pogorârii Sfântului Duh.

Nu există în Evanghelii alte amănunte din pre viaţa ei ulterioară. Tradiţia şi unele scrieri apocrife menţionează că ea a trăit încă 11 ani şi l-a însoţit pe Sfântul Apostol Ioan în călătoria sa misionară la Efes. Aici a locuit într-o casă modestă, asemenea unei capele şi, în zilele noastre devenită loc de pelerinaj.

Reîntoarsă în Ierusalim, în momentul în care simte că este chemată la Ceruri adună împrejur apostolii în Ghetsimani. Sunt prezenţi toţi, în afară de Toma care era plecat din oraş. Maica Domnului le dă celor prezenţi ultimele sfaturi după care adoarme. Un evreu necredincios, Antonie, vrea să răstoarne sicriul dar un înger îi retează mâinile cu sabia. La rugăciunile apostolilor şi la căinţa arătată de Antonie, Maica Domnului sărvârşeşte o minune aşa adormită şi îl vindecă. După trei zile se întoarce Toma care vrea să mai sărute odată mâna Fecioarei dar dezgropând sicriul îl găseşte gol. De aici s-a tras concluzia că Dumnezeu nu a vrut să-i lase trupul degradării pământului şi a ridicat-o la ceruri.

În toată lumea există o mulţime de biserici închinate Maicii Domnului şi fiecare popor are o mulţime de tradiţii şi obiceiuri legate de personalitatea şi puterile ei, fiind considerată un intermediar între Dumnezeu şi oamenii pentru care se roagă. În tradiţiile româneşti este invocată de fete ca să se mărite, de femei pentru a naşte copii, de bolnavi pentru vindecarea bolilor.

Binecuvântează boii, vacile, oile şi porcii pentru că au încălzit-o în timpul naşterii, rândunicile pentru că i-au dat vestea Învierii, ciocârlanul şchiop pentru că a fost alături de Iisus la Răstignire şi a fost lovit de o piatră. În schimb a blestemat calul care a tropăit în timpul naşterii sau a mâncat fânul în care a fost ascuns Iisus, păianjenul pentru că a întrecut-o la tors, lemnarul pentru că i-a făcut Mântuitorului o cruce grea.

În ziua de Sfânta Maria Mare, ciobanii coboară de la munte, bărbaţii schimbă pălăria cu căciula, se interzice scăldatul în apa râurilor, spurcată de cerb, se interzice dormitul pe prispă.

Dacă în apropierea sărbătorii înfloresc trandafirii înseamnă că toamna va fi lungă. Se deschide sezonul nunţilor, iar perioada dintre Sfânta Maria Mare şi cea Mică (8 septembrie) este considerată cea mai bună pentru semănăturile de toamnă.

Se adună plantele de leac şi se desfăşoară pelerinaje la mănăstirile cu hramul Sfânta Maria, organizându-se totodată târguri şi sărbători populare.

IRINA STOICA

Arta care nu mai există

„Dacă lumea ar avea un sens clar, arta nu ar mai exista", spunea Albert Camus. În această idee, trebuie să recunoaştem că, de mii de ani, operele de artă nu sunt doar cele care pot fi cunoscute şi apreciate de către iubitorii valorilor autentice.

Poate într-un număr mai mare au fost create asemenea frumuseţi care nu mai există ori despre care nu se mai cunoaşte nimic oficial. Instincte primitive violente şi plăcerea patologică de a păstra numai pentru sine opere de artă fac ca omenirea, în ansamblul ei, să fie privată, iar şi iar, de bucuria de a trăi frumos, împreună.

Aşa-numiţii colecţionari particulari, alături de care stau psihopaţii distrugători de tablouri, de sculpturi, de literatură, continuă să fure şi să nimicească valori multimilenare ce nu mai pot fi înlocuite niciodată.

SCUTUL MEDUSEI. Operă de tinereţe a lui Leonardo da Vinci, reprezentarea Medusei, una dintre cele trei Gorgone, ar fi existat în două versiuni, însă nu ne-a parvenit niciuna. În „Vieţile celor mai mari pictori, sculptori şi arhitecţi", Giorgio Vasari descrie opera unui foarte tânăr Leonardo, reprezentând personajul mitologic pictat pe faţa unui scut. Deşi istoricii artei s-au îndoit de veridicitatea informaţiei, scutul lui Da Vinci a inspirat numeroşi pictori de la începutul secolului al XVII-lea, aşa cum se poate constata în colecţia lui Ferdinand I de Medicis. Rubens şi Caravaggio au pictat propriile lor versiuni asupra Medusei, însă nu se ştie dacă ei au şi văzut originalul pierdut probabil de

secole.

De menţionat că în anul 1782, Luigi Lanzi, biograful lui Leonardo, a efectuat o cercetare a tablourilor aflate în Galleria degli Uffizi din Florenţa şi, descoperind o imagine ce corespundea descrierii lui Vasari, i-a atribuit-o în mod fals lui Da Vinci. În 1851, criticul literar francez Gustave Planche îşi exprima categoric aceeaşi opinie, preluată şi întărită ulterior de britanicii Percy Bysshe Shelley şi de Walter Pater.

NAŞTEREA CU SFÂNTUL FRANCISC ŞI SFÂNTUL LAURENŢIU. Operă amplă de maturitate a lui Caravaggio, realizată în 1609, această pictură ce include şapte personaje s-a aflat până în anul 1969 în Oratoriul San Lorenzo din Palermo (Sicilia). În noaptea de 17/18 octombrie, pânza a fost decupată cu un cuţit în mod grosolan din ramă şi a dispărut fără urmă. Până în prezent, este privilegiată versiunea potrivit căreia furtul a fost comis de Mafia siciliană, fiind urmat de distrugerea lucrări. În pofida eforturilor poliţiei şi a înfiinţării, în acelaşi an, a unei brigăzi specializate în căutarea operelor de artă furate, pista urmărită de investigatori s-a pierdut la începutul anilor 1980.

Interesant este că poliţia ar fi cunoscut iniţial numele hoţilor şi al familiei care comandase furtul, dar un război între bandele mafiote ar fi dus la pierderea urmelor. Ulterior, un informator ar fi declarat că tabloul fusese distrus de şobolani, totuşi în 2017 nu se renunţase oficial la căutarea lui. Faptul că un vast proiect artistic şi tehnologic a oferit publicului o reproducere ultradetaliată a „Naşterii..." nu compensează pierderea imensă.

STATUILE LUI BUDDHA DIN BÂMIYÂN. Se poate spune că Bâmiyân este numele unei tragedii

culturale a civilizaţiei din zilele noastre. Construite în secolul al VI-lea, legendarele statui de piatră reprezentându-l pe Buddha au rezistat timp de 1.500 de ani, înainte de a cădea victimă unei aşa-numite purificări culturale. Sculpturile de 135 şi 175 de metri înălţime au fost iniţial realizate direct dintr-o stâncă de gresie, fiind cel mai spectaculos monument într-o perioadă în care oraşul a înflorit pe „Drumul mătăsii".

Ele au rămas în picioare în urma multor atacuri ale musulmanilor şi chiar după o invazie a lui Genghis Khan. Au fost distruse în martie 2001, când talibanii afgani şi aliaţii lor din Al Qaeda au instituit un ordin care condamna „imaginile idolatre". Ignorând apelurile din partea comunităţii internaţionale, grupurile teroriste au lansat asupra statuilor rachete antiaeriene, înainte de a le arunca în aer cu dinamită.

În timp ce distrugerea lui Buddha a fost condamnată ca o crimă împotriva culturii, o serie de desene şi texte din peşteră, anterior ascunse, au fost descoperite printre ruine, iar în 2008 arheologii au descoperit o a treia statuie, necunoscută până atunci. De asemenea, texte vechi se referă şi la o a patra statuie, care s-ar afla sub aluviuni, în poziţia culcat. Din nefericire însă, acesta este doar unul dintre nenumăratele cazuri în care confruntările armate nu au luat doar vieţi, ci au şi transformat în pulbere magistrale realizări ale spiritului uman.

Celebri şi răi!

„La ce-ţi foloseşte să fii frumos la exterior, dacă pe dinăuntru eşti atât de urât?" – se întreba retoric scriitorul Jess C. Scott. Sigur, o motivaţie există în asemenea situaţii, numai că unei personalităţi i se plămădeşte de obicei o imagine ireproşabilă, omiţându-se în mod voit şi menţionarea aşa-numitei laturi întunecate care face parte din fiecare om.

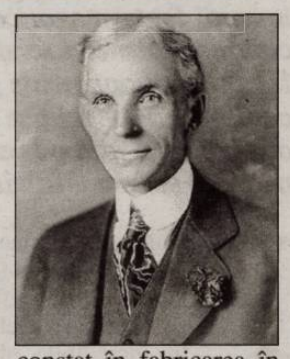
Din cauza acestei ocoliri a personalităţii şi caracterului real al unor celebrităţi, veţi fi surprinşi să aflaţi în ce măsură oameni consideraţi genii şi adulaţi de o întreagă lume aveau şi un univers ascuns mai degrabă dezonorant, chiar scandalos.

● Marele scriitor Charles Dickens a promovat în mod constant valori etice deosebite. Ca familist el a avut, în 20 de ani de căsnicie, zece

copii cu soţia sa, Catherine. Atunci însă s-a produs „scurtcircuitul": scriitorul s-a îndrăgostit de Ellen Ternan, o actriţă încă adolescentă!

Drept urmare, el a solicitat divorţul şi a răspândit zvonul că, de fapt, soţia era vinovată pentru această situaţie. Era un om celebru şi a fost crezut, numai că, după câţiva ani, fiica sa Katey a scris o autobiografie în care scotea la lumină adevărul.

● Henry Ford, fondatorul „imperiului" auto Ford Motor Company, a avut un succes orbitor în afaceri, ajungând unul dintre cei mai bogaţi oameni din lume. Marea sa lovitură a



constat în fabricarea în masă de maşini, în principiu pentru oricare cetăţean. Ceea ce nu se vedea pe chipul zâmbitor al industriaşului erau simpatia sa deosebită pentru nazişti şi concepţiile antisemite, pe care şi le promova prin articole publicate în cotidianul „Dearborn Independent".

Mai mult, el a scris şi cartea „The International Jew", în care s-a exprimat foarte agresiv la adresa evreilor luaţi în masă. Pentru asemenea „merite", liderii nazişti i-au conferit în 1938 Marea Cruce a Ordinului Vulturul German. Ulterior, în timpul războiului, fabricile „Ford" din Europa au produs echipamente pentru armata lui Hitler.

● Legendarul John Lennon a fost un muzician excelent, dar avea un caracter foarte violent şi abuziv. El însuşi a mărturisit public că îşi bătea prima soţie, pe Cynthia, chiar şi numai dintr-un acces de gelo-

zie, dar îi şi interzicea să facă lucrurile care îi făceau plăcere acesteia. Nici cu Julian, primul lui fiu, nu avea un comportament blând. De altfel, John Lennon a declarat într-un interviu că acesta fusese un copil nedorit, plasându-l într-o remarcă halucinant de brutală: acesta fusese născut „dintr-o sticlă de whiskey"!

Evadat din închisoare prin fanta pentru mâncare

Yoga poate fi considerată, după caz, o ştiinţă, o artă, o terapie, o filosofie, dar capacităţile acestei practici complexe orientale par în realitate inepuizabile. Sud-coreeanul Choi Gap-Bok s-a folosit de foarte buna stăpânire a tehnicilor yoghine pentru a evada din închisoare, într-un mod absolut incredibil.

Maestrul yoga fusese încarcerat în secţia de poliţie din oraşul Daegu, în urma unei suspiciuni de jaf. A fost băgat într-o celulă, uşa metalică a fost încuiată, dar după cinci zile deţinutul nu se mai afla acolo. În rest, nimic nu era clintit ori distrus, ca un eventual indiciu că Choi reuşise să forţeze evadarea. Abia după vizionarea casetelor video cu imaginile din intervalul de timp în care se presupunea că a evadat deţinutul, s-a aflat de metoda absolut uimitoare folosită de acesta pentru a ieşi din celulă. Să menţionăm că Choi Gap-Bok (60 de ani) este un bărbat scund – de numai 1,62 m înălţime – şi slab la corp.

Fanta prin care s-a strecurat are lăţimea de 45 cm, dar înălţimea de numai 15 cm. El a aplicat o strategie cunoscută din serialul „Închisoarea îngerilor": a aşezat sub pătură câteva perne, simulând astfel că pe pat s-ar fi aflat chiar el. Ieşirea din celulă a fost partea cea mai spectaculoasă a întregii acţiuni. Choi s-a folosit de cunoştinţele şi deprinderile de yoga, iar flexibilitatea incredibilă a corpului său l-a ajutat să treacă prin mica fantă ce serveşte de fapt pentru livrarea mâncării către deţinuţi. Aşadar, trecând prin acel spaţiu îngust... cât o farfurie, deţinutul a ajuns pe culoar, a trecut pe lângă gardienii care dormeau liniştiţi, apoi a găsit o mică fe-

reastră deschisă, prin care a fost floare la ureche să se topească în noapte.

A urmat o mobilizare de forţe impresionantă, pentru căutarea evadatului, acţiune la care au participat peste 400 de poliţişti, câini de urmă şi mijloace de supraveghere aeriană cu drone şi elicoptere. După şase zile de fugă, Choi a fost depistat pe acoperişul unei clădiri aflate la circa 30 de kilometri de Daegu. Se ascundea în stilul său, „pliat" într-o cutie de carton.

Condus înapoi, în arest, a primit o celulă exact lângă cea din care fugise, însă cea nouă nu are gratii, iar fanta pentru mâncare este lată de 12,7 cm şi înaltă de 11 cm. Cu alte cuvinte, şansele de evadare ale yoghinului sunt acum mai mici cu... 535 de centimetri pătraţi!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...aeroportul internaţional situat la cea mai joasă altitudine este Schiphol din Olanda? Se află la 3,9 metri sub nivelul mării.*

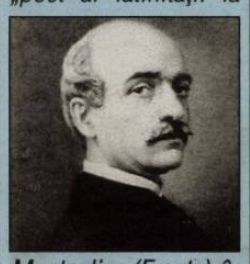
◆ *...căţeluşa Laika a fost prima fiinţă care a zburat în spaţiu de pe Pământ? Evenimentul a avut loc în 1957 pe nava sovietică Sputnik 12.*

◆ *...cel mai înalt podiş din lume este Tibetul? Înălţimea medie este de aproximativ 4.785 de metri.*

◆ *...antidotul pentru cele mai multe dintre muşcăturile de şerpi veninoşi se obţine din veninul cobrei?*

◆ *...floarea cea mai puternic mirositoare este cactusul american? Mirosul ei se simte de la distanţa de un kilometru.*

◆ *...poetul Vasile Alecsandri a fost premiat şi proclamat „poet al latinităţii la Montpelier (Franţa) în 1879? Premiul a fost primit pentru poezia „Ginta latină".*



◆ *...cerneala a fost inventată de chinezi cu 2.500 de ani î.Hr.? Era fabricată pe bază de fumigene şi diferite substanţe aromatice.*

◆ *...părintele impresionismului francez în pictură este considerat Edouard Manet? A trăit între 1832-1889.*

Ştiaţi că...

Bazilica Sfânta Maria din Cracovia

Închinată Sfintei Fecioare, Bazilica Sfânta Maria din Cracovia, cel mai mare edificiu religios din oraş este construită în stil gotic între sfârşitul secolului al XIII-lea şi începutul secolului al XV-lea.

Înălţată pe locul unui templu romanic este cea mai bine păstrată biserică, fiind construită cu trei nave şi având hramul Adormirea Maicii Domnului. Cele două turnuri ale sale sunt vizibile din tot oraşul. Edificiul a servit ca model arhitectural pentru multe dintre bisericile construite în alte ţări de diaspora poloneză.

Turnurile inegale ca înălţime, construite de doi fraţi, sunt învăluite în legendă. Se spune că arhitectul turnului mai mic, invidios că turnul fratelui său era mai înalt şi mai elaborat l-a asasinat pe acesta şi apoi, măcinat de mustrări de conştiinţă, s-a sinucis aruncându-se de pe acoperişul bisericii.

Turnul cel mare are o înălţime de 81 de metri iar cel mic de 69. În faţa bisericii a fost realizată între 1750-1752 o intrare în stil baroc, proiectată de Francesco Placidi. În 1929 i-au adăugat la uşi busturile de apostoli şi sfinţi. Dacă exteriorul este un exemplu de arhitectură gotică, interiorul prezintă mobilier baroc şi morminte renascentiste.

Intrarea se face pe o poartă laterală şi, odată pătruns înăuntru te simţi copleşit de monumentalitate, pictură murală şi culori. Scaunele corului datează din 1585 iar deasupra lor sunt realizate în relief scene biblice adăugate în 1635.

Cea mai preţioasă piesă a bisericii o constituie Altarul principal, cel mai mare de acest tip din Europa, sculptat în lemn de artistul german Veit Stoss. Acesta a trăit în Cracovia 19 ani şi Consiliul Oraşului l-a scutit de impozite în schimbul operelor de artă create aici.

Altarul Bazilicii a fost confecţionat din lemn de stejar pentru bază şi lemn moale pentru figurine. A fost realizat în 12 ani şi reprezintă „Adormirea Maicii Domnului printre Apostoli" şi „Înălţarea sa la Ceruri". Are o lăţime de 11 metri, o înălţime de 13 metri iar figurinele sunt şi ele de circa 2,7 metri înălţime. Este încununat de patru aripi dintre care doar două sunt fixe şi prezintă 12 scene cu bucuria Fecioarei Maria. După închiderea aripilor apar alte 12 scene ale Mariei Îndurerate. Aceste „aripi", de fapt obloane dreptunghiulare, se închid şi se deschid ca o carte la anumite ore.

Altarul Bazilicii

În biserică mai pot fi admirate amvonul baroc, alte altare de marmură cu picturi semnate de meşteri italieni, cavouri din Renaştere, un crucifix din argint din 1496, vitralii viu colorate şi picturile policrome din jurul Altarului principal semnate de artiştii naţionali Matejko, Mehoffer şi Wyspianski.

Dintre monumentele funerare trebuie menţionat cavoul familiei Mantelupi, una dintre cele mai bogate din Cracovia, realizat în jurul anilor 1600.

Ceea ce diferenţiază însă în mod deosebit Bazilica din Cracovia faţă de alte edificii închinate Sfintei Fecioare rămâne prezenţa celor două turnuri profund ancorate în istoria oraşului. Turnul cel mic este folosit drept clopotniţă dar turnul cel mare prezintă un puternic simbol emoţional. Are un acoperiş ascuţit, înconjurat de opt turnuleţe iar pe vârful principal, în 1666 a fost montată o coroană aurită cu un diametru de 2,4 metri şi o înălţime de 1,3 metri.

În partea superioară se află un glob aurit conţinând şase casete cu documente şi medalii începând din secolul al XV-lea.

Este numit şi „Turnul Goarnei", amintind un eveniment semnificativ din anul 1241. Pompierul de strajă de atunci, văzând că trupele mongole se apropie de Cracovia a început să cânte din goarnă trezindu-i din somn pe locuitorii adormiţi şi salvând oraşul.

O săgeată i-a străpuns însă gâtul, oprind cântecul dar misiunea sa fusese îndeplinită. De atunci, din oră în oră un grup de şapte pompieri reproduc cântecul celui ucis, devenind un fel de imn al Cracoviei.

Simboluri ale umanităţii

Cicoarea

Plantă din familia Asteroceae, de culoare de obicei albastră, crescând prin fâneţi, locuri virane şi pe marginea drumurilor, este încărcată de simboluri. Este folosită în medicina populară, invocată în descântece, şi de vrăjitorie în farmecele de dragoste.

Tinerele le puneau sub cap împreună cu cămaşa celui dorit pe care o sustrăgeau în mod secret din curtea acestuia fără ca el să ştie. În vis i se arată dacă acesta va fi ursitul lor. Se afumau sau se spălau cu cicoare sperând ca floarea să le scape de urât şi de farmecele rele.

Legenda spune că cicoarea a fost o zână nemaipomenit de frumoasă care se spăla cu rouă la răsăritul soarelui. El a văzut-o, s-a îndrăgostit de ea şi a trimis doi luceferi s-o peţească. Zâna i-a refuzat şi soarele a transformat-o în floare care însă se uită după el toată ziua, până toamna târziu sperând că-şi va recăpăta înfăţişarea. Florile îşi strâng petalele seara şi se desfac din nou la răsăritul soarelui.

Şarpele Glycon

Adevărată atracţie a Muzeului de Istorie din Constanţa, Statuia Şarpele Glykon reprezintă o divinitate a binelui, este un protector al casei şi al familiei şi datează din secolul al II-lea d.Hr.

Este o reprezentare unică în lume şi a fost realizată dintr-un singur bloc de marmură. Are capul cu bot de antilopă, urechi şi păr lung de om care îi cade pe deoparte şi de alta a feţei.

Corpul de şarpe se termină cu o coadă de leu.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Meci nul în Cosmos

Încă nu s-a deschis sezonul competițiilor sportive în spațiul cosmic, însă doi cosmonauți ruși de pe Stația spațială internațională pesemne s-au încins atât de tare, încât au înfruntat un campion la șah aflat pe planeta-mamă, Terra.

Echipați cu o tabletă electronică pe post de tablă de șah, Anatoli Ivanișkin și Ivan Vagner și-au pus mințile la treabă în imponderabilitate, jucând împotriva marelui maestru internațional Serghei Karjakin, aflat pe un teren solid, în incinta Muzeului spațiului din Moscova.

Este dificil de presupus cum s-ar fi desfășurat în stare de imponderabilitate, să zicem, un meci de box ori unul de tenis. Cert e că partida de șah „interstelară" s-a încheiat după circa 15 minute (cronometrate pe Pământ), rezultatul fiind cel așteptat – remiză. De menționat însă că nu a fost primul eveniment de acest gen.

De altfel, partida dintre cosmonauți și maestrul Karjakin a fost organizată pentru a celebra împlinirea a 50 de ani de la prima pseudo-întâlnire la masa de șah dintre cosmonauți sovietici aflați în misiune și colegi ai lor de pe Terra, pe 9 iunie 1970. Iar, în pofida așteptărilor unei remize „corecte", cei trei combatanți cu mintea au declarat că „partida fost incisivă și de un bun nivel".

Cosmonauții șahiști au fost înlocuiți pe ISS de Bob Behnken și Doug Hurley, din cadrul Grupului SpaceX, însă o confruntare – fie ea și sportivă, la distanță – între ruși și americani încă nu a avut loc. O fi mai bine așa?! *(A.N.P.)*

Ursul înotător

Regina Keller, o doamnă în vârstă, proprietara unei case din Virginia de Est locuia împreună cu familia ei într-o casă de la marginea pădurii. Se bucura nespus atât de cei patru nepoți jucăuși și gălăgioși cât și de prezența animalelor din pădure care o vizitau destul de des. Era singură aproape toată ziua pentru că fiica și ginerele plecau la serviciu iar nepoții, când nu erau la școală dispăreau în pădure. Bunica rămânea să deretice și să îngrijească grădina în care adesea veneau veverițe și vulpi.

Pentru bucuria copiilor montase în grădină o piscină de plastic dar ei preferau apa râului din pădure.

Mereu ocupată nu s-a mirat când a primit o vizită neobișnuită. În grădina a cărei poartă era larg deschisă a intrat legănându-se un urs brun. Femeia nu s-a speriat, era pe verandă dar a început să urmărească scena cu binoclul. Ursul a dat ocolul grădinii apoi a intrat în piscină. A stat acolo satisfăcut, întorcându-se pe toate părțile și dând din labe ca un înotător. Apoi a ieșit din apă și s-a întins pe iarbă la soare ca să se usuce.

Nimic nu părea să-l tulbure până la venirea celor patru nepoți cu câinii lor. Auzind lătrăturile, ursul a țâșnit pe poartă dispărând în pădure.

Copiii au continuat să meargă zilnic să se joace iar bunica lasă mereu deschisă poarta grădinii ca să permită prietenului brun să intre să mai facă o baie în piscină. (I.S.)

Cu Bambino în decapotabilă

Pe rețelele de socializare din Franța a fost postat un scurt film în care apărea o mașină decapotabilă ce rula pe o șosea din Camargue, având pe bancheta din spate un tăuraș! Desigur, au apărut nenumărate reacții, mulți internauți întrebându-se dacă era chiar un taur adevărat sau vreo văcuță mecanică.

Presa a ajuns rapid la proprietarul autoturismului, un crescător de vite din Cailar, care nu a avut nicio reținere să declare că acesta era adevăratul-adevărat și că el avusese nevoie de câteva zeci de minute și o putere de convingere de neînfrânt, ca să-l poată urca în mașină pe dolofanul său animal de companie (sic!) în greutate de puțin peste 400 de kilograme. Acesta comisese o singură infracțiune: fugise din staulul său.

Pentru ca surpriza publicului să fie totală, bărbatul a invitat la ferma sa câțiva dintre jurnaliști, pentru a-l prezenta pe tăurașul Bambino: „Când mama lui l-a abandonat, l-am recuperat și l-am hrănit cu biberonul. Era luna decembrie și și-a petrecut toată iarna în casă, lângă șemineu, împreună cu câinii. De aceea, a căpătat un comportament de câine.

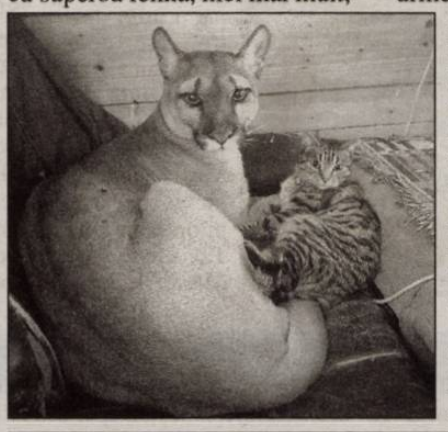
Bambino este foarte prietenos cu oamenii și când îl strigăm pe nume vine imediat. Când însă a fugit de pe pășune, nu am știut cum să procedez. Nu am un camion, dar mi-am spus că, dacă l-aș urca în mașină, nu ar fi nicio problemă."

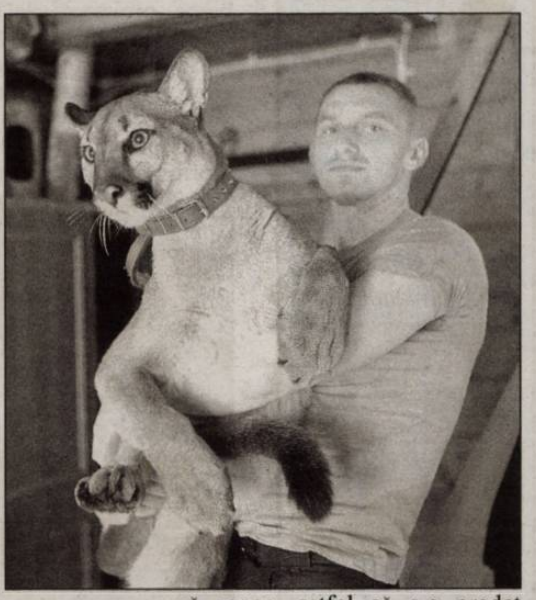
Pentru tăuraș nici nu a existat vreo problemă, în schimb năstrușnicul lui stăpân a trebuit să plătească o amendă, întrucât este interzis transportul unui asemenea Bambino de categoria supergrea într-o mașină decapotabilă. Și-apoi, există și aici o limită de greutate, pe care răsfățatul încornorat o depășise cam de multișor! (A.N.P.)

In ascunzătoare cu felina

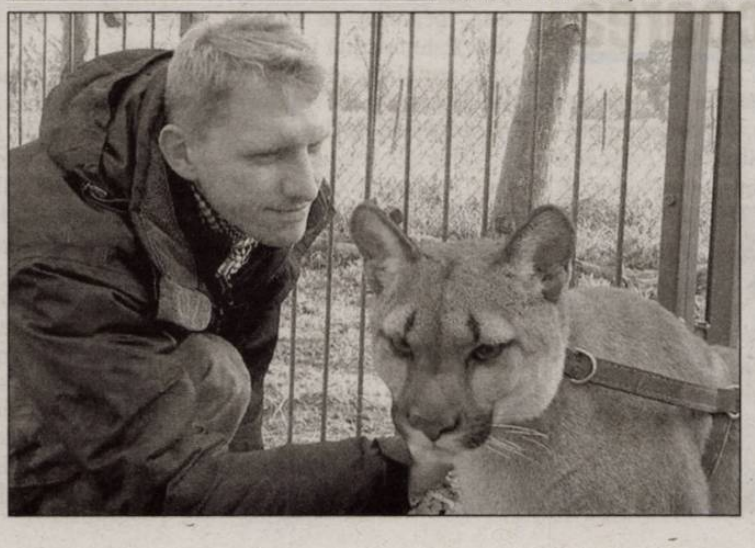
O situație neobișnuită s-a înregistrat în cazul unui fost combatant polonez în Afganistan, în momentul în care i s-a pus în vedere că animalul său de companie – o pumă pe nume Nubia – trebuia să ajungă într-o grădină zoologică.

Fostul militar Kamil Stanek a încercat să-și salveze prietenia cu superba felină, nici mai mult, nici mai puțin, decât ascunzându-se împreună cu aceasta într-o pădure. Trei zile a durat neobișnuitul joc de-a hoții și vardiștii, timp în care o uriașă grupare de căutare a pornit pe urmele omului și ale animalului. Au fost implicați circa 200 de polițiști, un elicopter și drone, într-un final cei doi au fost depistați undeva, în sudul țării.





Probabil și experiența dură de pe tărâmurile afgane l-au convins pe Kamil că nu avea nicio șansă reală să scape, astfel că s-a predat agenților de la comisariatul din localitatea Zawiercie, unde a fost arestat, iar Nubia a fost expediată la grădina zoologică din orașul Chorzow.



Totuși, bărbatul a fost eliberat în scurt timp și chiar a primit un mesaj din partea poliției: „Suntem bucuroși să vă anunțăm că Nubia este înconjurată de profesioniști în îngrijirea animalelor."

Trebuie însă precizat că întreținerea animalelor periculoase este interzisă în Polonia. Stanek creștea totuși de șase ani puma cumpărată din Cehia, iar avertizarea oficială cu privire la necesitatea trimiterii ei într-un parc zoo l-a determinat să-i amenințe cu un cuțit pe executori, înainte să dispară în pădure, împreună cu felina ținută în lesă. *(A.N.P.)*

Totul despre filmele de Oscar:

BEN-HUR

Bătălii celebre, personalităţi faimoase, toate au fost readuse la viaţă graţie geniului regizorilor şi actorilor vremurilor noastre, iar noile tehnici cinematografice fac ca reconstituirile să fie tot mai credibile, mai realiste.

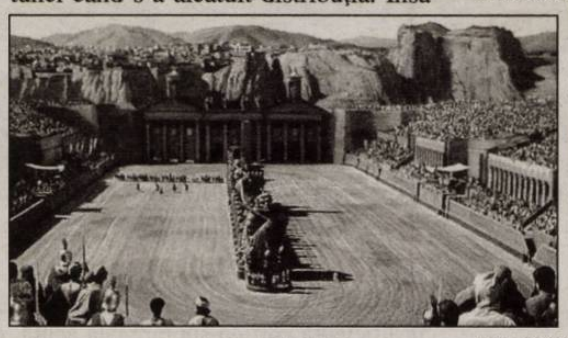
Chiar dacă nu a beneficiat de tehnologia pe computer, filmul Ben-Hur, realizat în 1959, rămâne una dintre cele mai îndrăgite şi mai celebre superproducţii din istoria filmului. Haideţi să descoperim împreună câteva aspecte mai puţin cunoscute din culisele acestei pelicule!

Studiourile MGM şi-au anunţat pentru prima oară intenţia de a realiza un remake după clasicul film mut „Ben-Hur" (1925), bazat pe bestsellerul scriitorului american Lew Wallace, la sfârşitul anului 1952. Mogulii MGM au ezitat însă multă vreme să se înhame la acest proiect grandios, până când, în 1956, filmul rivalilor de la Paramount, „Cele Zece Porunci" (regizat de titanul hollywoodian Cecil B. DeMille), a dovedit profitabilitatea unor asemenea epopei biblice.

Pre-producţia a început în renumitele studiouri Cinecitta de la marginea Romei, în octombrie 1957, iar primul tur de manivelă s-a dat în mai 1958. Filmările au durat nouă luni, iar post-producţia alte şase luni. Filmul a avut premiera pe 18 noiembrie 1959, la aproape şapte ani după anunţarea lui.

Iniţial, regizorul William Wyler a refuzat să se implice în proiect, deoarece scenariul i se părea destul de slab, dar în cele din urmă tot succesul filmului „Cele Zece Porunci" l-a convins să accepte propunerea MGM - de altfel, rivalitatea dintre el şi DeMille era cunoscută. În plus, Wyler a primit cea mai mare sumă obţinută până atunci de un regizor de la Hollywood: 350.000 de dolari, plus 3% din profiturile nete ale filmului.

În ciuda rivalităţii dintre Wyler şi DeMille, actorul principal din „Cele Zece Porunci", Charlton Heston, nu s-a aflat pe lista scurtă a regizorului atunci când s-a alcătuit distribuţia. Însă



cel vizat în primul rând de Wyler, Burt Lancaster, a refuzat rolul, pe motiv că scenariul ar fi „defăimător" la adresa creştinismului. Paul Newman, care tocmai jucase într-un film inspirat tot de începuturile creştinismului, „Potirul de argint", s-a temut că şi pelicula lui Wyler va fi un eşec comercial (ca şi „Potirul de argint") care i-ar fi putut distruge de tot cariera abia începută. Producătorii i-au luat în considerate pe Marlon Brando, Rock Hudson, Leslie Nielsen (da, îndrăgitul actor de comedie de mai târziu!), Kirk Douglas şi chiar pe câţiva actori italieni care nu vorbeau engleza. În cele din urmă, alegerea s-a îndreptat asupra lui Heston, care a acceptat un salariu de 250.000 de dolari pentru 30 de săptămâni de filmări, plus asigurarea transportului la Roma pentru familia lui.

Wyler, care nu se afla în relaţii prea cordiale cu Heston, se gândise că acesta ar putea face un rol bun mai curând în pielea personajului negativ, Messala. După ce producătorii au refuzat acest lucru, pentru rolul lui Messala au fost propuşi Kirk Douglas şi Stewart Grange, dar aceştia au declinat oferta. În cele din urmă, rolul i-a revenit actorului irlandez Stephen Boyd, pe atunci cvasinecunoscut la Hollywood. Cum amândouă vedetele aveau ochi albaştri, Wyler i-a cerut lui Boyd să poarte lentile de contact cafenii, pentru a crea un contrast între cei doi.

Pentru a nu deranja cercurile conservatoare, foarte influente la Hollywood, chipul lui Iisus nu este prezentat niciodată pe ecran, iar actorul care l-a întruchipat pe Mântuitor nu apare deloc pe generic. El a fost Claude Heater, un tenor american pe care regizorul Wyler l-a descoperit în timpul unui concert la Roma.

Platourile de filmare au fost cele mai mari din lume, la data respectivă. S-au folosit 10.000 de figuranţi, 100.000 de costume de epocă, 300 de scene, 500 de tone de ipsos şi 10.000 metri cubi de lemn. Platourile au devenit chiar o atracţie turistică, fiind vizitate în timpul filmărilor de peste 25.000 de oameni, inclusiv de oaspeţi de onoare, precum Kirk Douglas, Harry Belafonte, Jack Palance, Susan Hayward şi Audrey Hepburn.

Filmul a câştigat nu mai puţin de 11 premii Oscar, inclusiv pentru cel mai bun film, cel mai bun regizor, cel mai bun actor principal, cel mai bun actor secundar şi cea mai bună muzică. Doar „Titanic" şi „Stăpânul Inelelor: Întoarcerea Regelui" au mai reeditat această performanţă.

Pagină realizată de

GABRIEL TUDOR

PORTRET

Mariana Cimpoiaşu

Născută în anul 1973, în satul giurgiuvean Vlaşin, Mariana Cimpoiaşu a crescut legănată de sunetul doinei vlăscene, de care s-a îndrăgostit iremediabil încă din copilărie. Atrasă de tradiţiile populare, s-a aplecat cu mult drag asupra lor, ascultând vechi cântece din această vatră de foclor românesc.

Prima apariţie pe scenă, în calitate de interpretă de muzică populară s-a produs pe scena şcolii primare, unde Mariana a fost încurajată să-şi etaleze calităţile vocale deosebite de directorul şcolii, Dinu Nicolae, un mare pasionat de folclor. Astfel a parcurs etapele comunale, judeţene şi naţionale ale festivalului „Cântarea României" – care, în ciuda imaginii nu tocmai „cordiale" care i s-a făcut în ultimii ani a reprezentat totuşi o rampă de lansare pentru numeroşi tineri talentaţi, rampă de care din păcate tinerii din ziua de azi nu mai au şansa de a beneficia.

Atunci, fetiţa de 12 ani din Vlaşin a încântat juriul Festivalului cucerind la debut locul doi, cu o baladă inspirată din satul natal, pentru ca apoi să obţină alţi doi ani la rând acelaşi loc secund la Festivalul „Cântarea României".

Au urmat apoi apariţiile pe micul ecran şi turneele cu care a străbătut ţara în lung şi-n lat. S-a aflat pe scenă alături de artişti cunoscuţi şi a reuşit să-şi adune melodiile în două albume de succes, cu care a încântat iubitorii de muzică populară de toate vârstele. Primul album se numeşte „Dorul greu de satul meu" şi a fost înregistrat împreună cu Orchestra Radio, condusă de dirijorul Ion Ivanovici, iar cel de-al doilea este original ca titulatură şi nu numai: „Am o soacră de vânzare", fiind înregistrat cu Orchestra Doina Gorjului, dirijor Aurel Blondea.

Melodiile albumelor sunt din zonele Oltenia, Muntenia, Vlaşca, Teleorman, iar sursele de inspiraţie au derivat din viaţa de la ţară, din zona Vlaşin şi din melodiile Mariei Lătăreţu, muza de suflet a Mariei Cimpoiaşu.

Festival

Veneţia, filmul în direct

În perioada 2-12 septembrie, la teatrul Lido din Veneţia, se va desfăşura ediţia 77-a a celui mai vechi festival de film din lume, Festivalul Internaţional de Film de la Veneţia, organizat de *La Biennale di Venezia*, sub directoratul lui Alberto Barbera.

Noutatea în cazul ediţiei din acest an a Festivalului este că, dincolo de restricţiile impuse de autorităţi din pricina pandemiei, unele festivaluri de film au fost amânate din această cauză, *Mostra* din aceasta toamnă a rămas bătută în cuie şi, în plus, se va desfăşura *pe viu*, nu cu transmisii în mediul virtual, *online*.

O altă surpriză pentru acest an a fost anunţul făcut de *La Biennale di Venezia* că a adăugat, la secţiunea *în afara competiţiei*, două filme: unul este noua producţie al lui Pedro Almodóvar, filmat şi editat într-un timp record imediat după ridicarea carantinei totale impuse de pandemie, cu numele *Vocea umană* cu Tilda Swinton în rol principal, al doilea, care întăreşte prezenţa Hollywood-ului la Veneţia, *O noapte în Miami* realizat de actriţa Regina King, o achiziţie recentă a companiei Amazon.

Vocea umană (aproximativ 30 de minute) este o adaptare liberă a piesei originale semnate de poetul şi dramaturgul francez Jean Cocteau, un film la care Pedro Almodóvar a visat de zeci de ani. El spune povestea unei femei disperate (Tilda Swinton), care aşteaptă apelul telefonic al iubitului care tocmai a abandonat-o. Este pentru prima dată când Pedro Almodóvar face un film vorbit în engleză. Compania lui Almodóvar *El Deseo* e cea care a produs *Vocea umană*, avându-l pe José Luis Alcaine ca director de imagine şi pe Alberto Iglesias în calitate de compozitor.

Ajungând la Veneţia, Pedro Almodóvar spunea: „Sunt foarte încântat să revin la Veneţia într-un an atât de special, cu Covid-19, ca invitat involuntar. Totul va fi diferit şi aştept cu nerăbdare să trăiesc acest moment. Este o onoare să o însoţesc pe Tilda... de fapt, *The Human Voice* este un festival al Tildei, o dovadă a registrelor sale infinite şi diferite ca actriţă. A fost un adevărat spectacol să o regizez".

Pe de altă parte, directorul Alberto Barbera spunea şi el: „Este o plăcere extraordinară şi o mare onoare să-l întâmpin pe Pedro Almodóvar din nou la Veneţia, la un an după ce a primit *Leul de Aur* pentru întreaga sa activitate, cu noul său film *Vocea umană*, şi pe Tilda Swinton, câştigătoarea din acest an a Leului de Aur pentru întreaga activitate. Este o coincidenţă excepţională, într-un an ieşit din comun: nu ar putea exista un mod mai frumos de a sărbători, împreună, dorinţa noastră de a reveni la filme, în compania unuia dintre cei mai mari regizori contemporani".

În ceea ce priveşte *O noapte în Miami*, regizorul Alberto Barbera spunea, făcând trimitere la manifestările anti-rasiale din SUA, justificând într-un fel alegerea filmului la Festival: „Filmul Reginei King e în pas cu evenimentele din ultimele luni şi cu importanţa luptei împotriva oricărei forme de rasism care continuă să predomine în societatea noastră. Suntem încântaţi că Veneţia poate contribui la atragerea în atenţia publică a unui film care este important pentru conţinutul său şi confirmă talentul unei mari actriţe".

Filmul este debutul regizoral în lungmetraj al actriţei Regina King, premiată în 2019 cu Oscar pentru rol secundar în filmul *Dacă strada Beale ar putea vorbi*.

GEORGE CUŞNARENCU

Cafeaua pentru... somn

Dincolo de obişnuinţa pe care uşor o putem identifica cu dependenţa, consumul regulat de cafea este deseori motivat şi de senzaţia de revigorare pe care ne-o poate conferi acest „întăritor". În special dimineaţa, aceasta e băută de multe persoane pe stomacul gol, pentru „a se trezi". Totuşi, deloc paradoxal, aceasta are uneori un efect exact invers, adică ne transmite o stare de somnolenţă pe care de obicei nu ne-o putem explica.

Mulţi dintre noi au observat probabil un fapt interesant: uneori, o ceaşcă de cafea poate provoca somnolenţa, cu toate că ar trebui să fie invers. De ce se întîmplă aşa şi care este motivul acestei stări? Oamenii de ştiinţă au stabilit că o ceaşcă de cafea tonifică, această reacţie apărând ca o consecinţă a acţiunii cofeinei. Datorită cofeinei apar vigoarea, entuziasmul, iar persoana începe să simtă o creştere a forţei şi energiei.

Totuşi, dacă o ceaşcă de cafea este urmată de a doua şi a treia, va apărea somnolenţa. Explicaţia este că această băutură contractă vasele de sânge din creier. De aceea, dacă bei o cafea suficient de tare, dar nu te limitezi la o singură ceaşcă, apoi ca rezultat survine somnolenţa, omul se simte stors de puteri şi fără forţă, iar energizarea organismului nu se mai produce, aşa cum ar fi de aşteptat. De regulă, în special iarna şi primăvara cafeaua tare poate provoca somnolenţă. Având în vedere acest amănunt interesant, este bine ca atunci când ne pregătim cafeaua să adăugăm şi puţin lapte şi să ne limităm la o ceaşcă.

Nu mergeţi la mare!

Există o serie de boli endocrine care trebuie tratate cu atenţie în sezonul cald, când temperaturile urcă la peste 35ºC. Corpul nostru trece printr-un stres climatic, ce favorizează apariţia unor boli sau agravarea afecţiunilor deja existente.

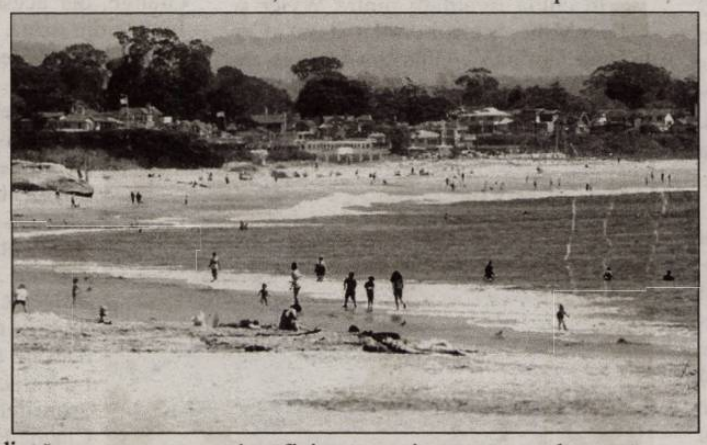
Funcţionalitatea tiroidei este direct proporţională cu temperatura mediului, iar patologia endocrină este influenţată de temperaturile crescute. Influenţa glandei tiroide e foarte importantă în funcţionarea normală a organismului uman.

Tiroida este glanda care controlează tot corpul. Îmbolnăvirea sa creează probleme majore, fiind responsabilă cu viteza de reacţie a metabolismului uman. Căldura este un excitant al funcţiei tiroidiene, deci temperaturile ridicate (canicula) creează probleme celor cu funcţie hipertiroidiană.

În cazul hipertiroidismului, canicula şi climatul marin stimulează biosinteza hormonilor tiroidieni, ducând la agravarea afecţiunii. Aceasta înseamnă tulburări cardiovasculare, de ritm, tahicardie, fibrilaţii, tulburări digestive, deshidratare şi tulburări electrolitice, tulburări neuropsihice, accentuarea tremurului mâinilor, agitaţie, insomnie, scădere în greutate, care se accentuează pe caniculă, motiv pentru care nu e indicat ca bolnavii hipertiroidieni să meargă la mare, iar dacă merg trebuie să-şi amplifice terapia medicamentoasă prin mărirea dozei de medicamente specifice bolii. Una dintre formele de hipertiroidism este boala Basedow, în care sunt afectaţi şi globii oculari, şi atunci strălucirea soarelui în apa mării devine un factor iritativ sever.

O altă boală din această categorie este insuficienţa cortico-suprarenală (absenţa din interiorul organismului a hormonilor cortico-suprarenali şi în primul rând a cortizonului).

Marea provoacă o excitare crescută la care organismul nu se poate adapta. În acest caz, orice boală inflamatorie poate duce la



insuficienţă cortico-suprarenală acută, motiv pentru care aceşti bolnavi ar trebui să poarte asupra lor un însemn al afecţiunii: pe lângă actul de identitate, să aibă diagnosticul de care suferă, precum şi terapia de urgenţă care trebuie administrată.

Bolnavii trebuie să cunoască foarte bine tratamentul crizei acute de insuficienţă cortico-suprarenală. Boala se caracterizează prin hiperpigmentaţie, bolnavii sunt hipotensivi şi foarte uşor pot intra în colaps, au astenie, sunt obosiţi.

Uleiul de rapiţă protejează inima

Pentru prima dată, rapiţa a fost cultivată în Canada, fiind considerată foarte bună pentru hrănirea animalelor, pentru obţinerea uleiurilor vegetale pentru gătit şi obţinerea biocombustibilului diesel. Uleiul de rapiţă este asemănător celui de măsline, conţinând două tipuri de grăsimi extrem de sănătoase: mononesaturate şi polinesaturate.

Întreg procentajul de calorii din ulei este luat din grăsime, o singură lingură conţinând în jur de 124 de calorii. De asemenea, mai conţine vitamina E (aproximativ 2,44 miligrame pe porţie), în timp ce cantitatea zilnică recomandată este de 15 miligrame.

În comparaţie cu untul, care are aproape 8 grame de grăsimi saturate pe porţie şi foarte puţine grăsimi sănătoase, uleiul de rapiţă reprezintă o variantă mult mai avantajoasă pentru sănătate, fiind potrivit atât la gătit, cât şi în salate.

Înlocuind untul şi margarina cu ulei de rapiţă, atunci când gătiţi, veţi scădea riscul apariţiei bolilor cardiovasculare, veţi reduce presiunea sangvină şi veţi îmbunătăţi nivelul colesterolului, conform unui studiu publicat într-un jurnal american de medicină şi dietă.

Pe de altă parte, există opinii potrivit cărora rapiţa are un nivel ridicat de acid erucic, potenţial toxic pentru oameni. Totuşi, oamenii de ştiinţă au stabilit că nivelul este mult prea mic pentru a face rău.

Este totuşi cazul să nu scăpăm din vedere un amănunt important: chiar dacă uleiul de rapiţă este un aliment benefic, nu trebuie ca procentajul grăsimilor rezultate din consumul acestuia să depăşească 35% din alimentaţia totală într-o zi, astfel încât să ţineţi sub control nivelul carbohidraţilor. În acest fel nu veţi avea probleme cu greutatea şi cu bolile vaselor de sânge ori cu maladiile ce vizează inima.

Învingeţi durerile de cap!

Uneori, toate treburile planificate într-o zi pot fi date peste cap din cauza migrenelor şi a durerilor de cap. Dacă nu aveţi o pastilă la îndemână sau nu vreţi să obişnuiţi organismul cu medicamente, să ştiţi că există remedii naturale de ameliorare a durerilor de cap.

- ***Beţi ceai din ghimbir!*** Este bun în ameliorarea migrenelor şi vă scapă rapid de durere. Optaţi mai bine pentru rădăcina proaspătă de ghimbir, în locul pliculeţelor de ceai.
- ***O altă metodă*** este să înmuiaţi o pânză în apă fierbinte, să o scurgeţi de apă şi apoi să o aplicaţi pe frunte şi pe ceafă, pentru a relaxa muşchii.
- ***În ajutor vine şi masajul.*** Timp de două-trei minute, masaţi circular cu degetele zona aflată între sprâncene, în sensul acelor ceasornicului şi vă veţi simţi considerabil mai bine.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Florile sunt folosite de când există omul pe pământ, în medicina naturistă, pentru a trata diferite afecţiuni. Oamenii de ştiinţă chinezi, veritabili experţi recunoscuţi în domeniu de mii de ani, au descoperit noi proprietăţi miraculoase, pe care le au plantele în tratarea bolilor, de la depresie şi insomnie până la tumori maligne. Iată doar trei asemenea exemple!

■ ***Ghiocelul,*** această floare de mici dimensiuni, care are culoare albă şi apare la finalul sezonului rece, are un conţinut sporit de galantamină şi poate fi folosit ca leac în cazul maladiei

Florile, prietene cu creierul nostru

Alzheimer. Calităţile terapeutice ale ghiocelului îl pot transforma într-un aliat de încredere împotriva durerilor, acţionând ca un analgezic.

În prezent, se recomandă administrarea de medicamente care conţin galantamină, substanţă chimică regăsită în bulbul de ghiocel. Galantamina a fost descoperită şi în narcise. Savanţii studiază posibilitatea utilizării acestor două flori în tratamentul bolilor oncologice.

■ ***Şofranul*** a atras interesul cercetătorilor din Australia. Atenţia specialiştilor a fost incitată de proprietatea florii de a preveni demenţa. În plus, şofranul stimulează memoria şi are efecte benefice asupra ochilor, are acţiune anticancerigenă şi antiinflamatorie.

■ ***Lavanda,*** la rândul său, reduce senzaţia de anxietate şi combate insomnia, ameliorează durerea şi starea de agresiune tipică pentru persoanele care suferă de demenţă.

Fructele şi volumul creierului

Voluminosul şi performantul creier al omului modern este rezultatul unei evoluţii îndelungate, iar una dintre etapele cruciale ale acesteia ar fi fost introducerea în alimentaţie a fructelor. Prin descoperirea fructelor şi înţelegerea modului în care le-ar putea mânca, unele primate au făcut un mare pas înainte în ceea ce priveşte dezvoltarea creierului, potrivit cercetătorilor americani.

Pentru a ajunge la aceste concluzii cercetătorii au examinat alimentele preferate de peste 140 de specii de primate. Ei au constatat că speciile care au manifestat o înclinaţie către fructe şi-au dezvoltat creierul cu aproximativ 25% mai mult decât cele care au consumat frunze.

Acest lucru pune în discuţie o teorie avansată la mijlocul anilor '90 potrivit căreia relaţiile sociale, complexe în cazul primatelor, ar fi fost cele care ar fi contribuit la creşterea în volum a creierelor. O viaţă socială importantă, supravieţuirea şi reproducţia necesită o bună înţelegere a mediului şi a altor primate, toate acestea dezvoltând creierul.

Ceea ce este sigur, după cum spun specialiştii, e faptul că introducerea fructelor în dietă a fost un factor determinant în acest sens. Dezvoltarea creierului este importantă pentru supravieţuire, însă vine cu un preţ la nivel metabolic, aceasta necesitând un consum mai mare de energie. Creierul reprezintă 2% din greutatea noastră totală, însă el absoarbe 25% din energia pe care o avem.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Trebuie să învățăm din greșeli (despre coronavirus), ne sfătuiește medicina energo-informațională

Lucrurile sunt așa cum le vedem, nu cum sunt ele în realitate. Aceasta este o întrebare a conștiinței!

În cazul coronavirus materialiștii văd substanța, adică virusul, ca și cauza. În teoria cuantică se vede informația. Numai când informației i se dă importanță, duce la efect. În copilărie am mâncat adesea un pumn de nisip, fără să știm că în acel nisip erau milioane de bacterii. După cum știm, există și astăzi în pământ foarte mulți producători de tetanos, dar nu ne îmbolnăvesc, chiar și fără vaccinare. Imunizarea de „turmă" ne-a ajutat pe noi oamenii de foarte multe ori să supraviețuim. Dacă deja din copilărie am fi avut frică mereu că ne infectăm de ceva, și mai ales la joacă în nisip, am fi văzut numai „dușmani"poate că astăzi mulți dintre noi ar fi mereu bolnavi.

Doamna profesor dr. Daschner de la Uni Freiburg, laureată cu premiul Crucii Republicii Germane, a redus substanțial măsurile exagerate de igienă pe tot teritoriul Uni Klinik Freiburg.

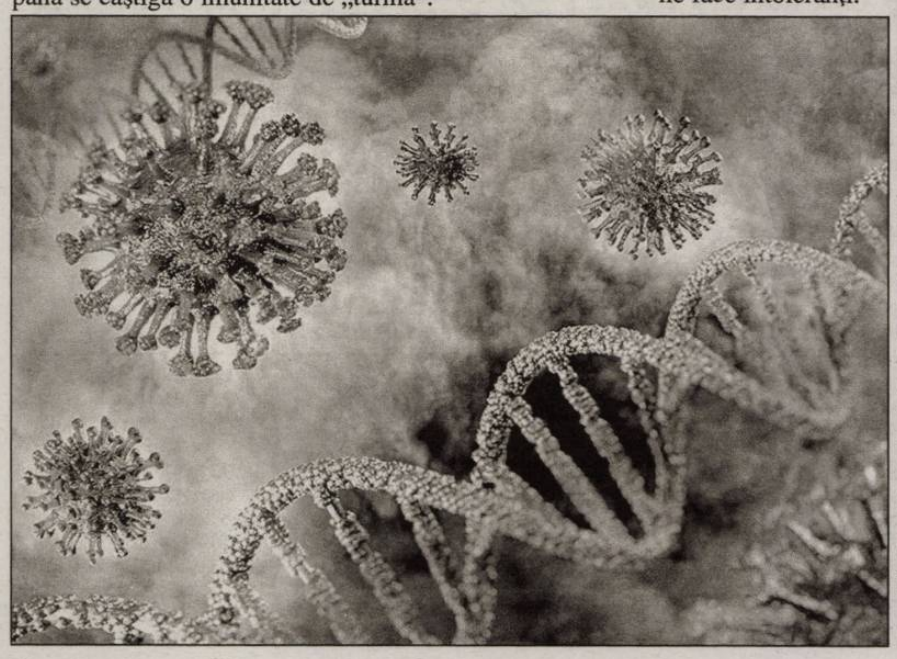
Bacterii, virusuri, ciuperci sunt parte integrată din natură, aparțin de viața noastră, mai mult, fără ele nu ar fi posibilă viața. Dar, de fapt, care este diferența dintre cei care ne ajută și cei care ne îmbolnăvesc?

Sub denumirea de boală medicina clasică înțelege potențialul de apărare al sistemului imunitar. Aici este în principal neînțelegerea. Întotdeauna sistemul imunitar joacă rolul hotărâtor. Dacă ne îmbolnăvim el hotărăște evoluția bolii. Sistemul imunitar este subordonat direct conștiinței noastre, o posibilă îmbolnăvire este o întrebare importantă pe care o acordam situației, este hotărâtoare.

Coronavirusul nu este declanșator al epidemiei, ci este declanșator de simptome la persoane cu imunitate scăzută.

În viață totul se învârte în „importanța" pe care o acordăm unui lucru prin conștiința noastră. Cine aparține grupei de oameni dominați de frică, se poate îmbolnăvi numai la gândul că „se poate îmbolnăvi". După părerea profesorului Thomas Goernitz, fizician cuantic, în spatele celulei stă gândul!

Fapt este că acest corona va fi prezent în viața noastră până se câștigă o imunitate de „turmă".



După cum spune și medicul psihiatru vienez, Raphael Bonelli , „frica blochează viața", ne lasă fără umor și ne face intoleranți.

„Cine își dă libertatea pentru siguranța lui, le va pierde pe amândouă până la sfârșit", spunea Benjamin Franklin.

Comunicarea între oameni trăiește din mimică. Sănătatea sufletească se pare ca nu mai are nici un rol.

Numărul virusurilor în lume este undeva la 10,33 mai mare decât cel al stelelor. Dintre aceștia aproximativ 250 sunt provocatori de epidemii, și tot dintre aceștia aproximativ 100 sunt virusuri de răceala și gripă, care suferă mereu mutații, iar dintre ei face parte și coronavirus. Virusurile sunt în stare latentă niște cristale. Două lucruri activează virusurile: răceala și lipsa de coerență în comunicarea energetică a corpului. Virusurile nu părăsesc niciodată pe purtător atâta timp cât trăiește.

Este o întrebare de imunitate dacă devin activi sau nu. Febra oprește comunicarea între virusuri și scade virulența lor (39 grade). Orice întrerupere a ei este contraproductivă și susține dezvoltarea virusurilor.

Medicina energo-informațională, care are la bază fizica cuantică, este astăzi în măsură să ne pună la dispoziție tratamente personalizate de restabilire și reechilibrare a imunității, de reglare emoțională a psihicului nostru, de o detoxifiere la nivel celular și curățare a limfei.

O disciplină blândă, fără medicamente, fără efecte secundare, atât pentru copii, cât și pentru adulți.

Pentru mai multe informații accesați:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informațională, membră a Societății Naturiștilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

CONTACT: Derma Vital București, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

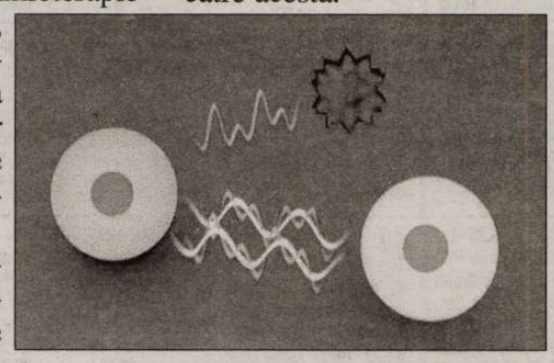
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunității înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecțiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar și copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrușilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acțiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit și a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W – zidurile de apărare a imunității înnăscute!

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvențelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 31.08.2020

4 ședințe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

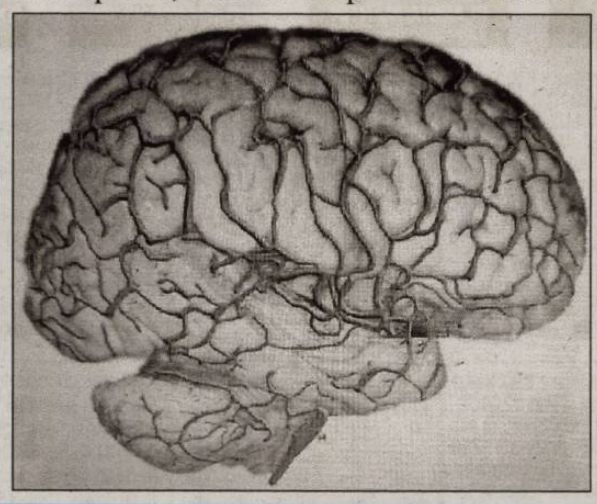
NOU LA DERMAVITAL!

Dermavital vă pune la dispoziție 3 terapii noi:

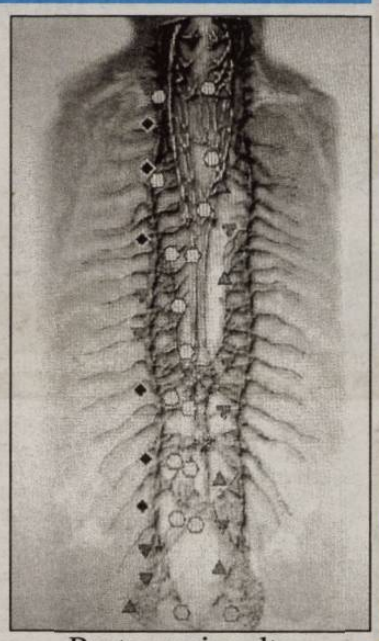
– Alzheimer/demență (4 terapii/500 Ron)

– Oboseală cronică (4 terapii/500 Ron)

Terapiile se fac cu un card special, care se adaptează/configurează la energia corpului/terapie personalizată. Terapiile se fac de 2 ori pe săptămână.



Terapiile se execută cu un card special care se conectează și se calibrează la informația energetică a corpului. Eliminarea noxelor toxice (care au dus la dereglările menționate mai sus se face printr-un stecher de ceramică în paralel cu terapia). O terapie blândă, fără dureri, fără medicamente.



Pentru mai multe informații accesați

www.dermavital-med.ro

sau 0731.871.968 / 021.322.40.04

PUBLICITATE

LUNI – 17 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.00 Ediție specială 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – rețete mediteraneene" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong". Cu: Song Il Gook 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" (ep.1) 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Film: „Mom's Night Out" (r) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Monștri pe roți" (SUA, 2017). Cu: Lucas Till, Jane Levy, Thomas Lennon 23.45 Știrile PRO TV 0.15 Serial: „Vlad" 0.00-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 22.00 Film: „Fracul magic" (SUA, 2002). Cu: Jackie Chan, Jennifer Love Hewitt 0.00 Observator 0.30 Film (r) 2.30 Asia Express – Drumul elefantului 4.00 Film (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Film: „Răpirea fecioarelor" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Apel de urgență 11.00 Teleshopping 11.30 Cu lumea-n cap (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Focus din inima României 22.30 Serial (r) 23.30 Schimb de mame 1.30 Cireașa de pe tort (r) 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00 Cu lumea-n cap (r) 5.50 Focus (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta". Cu: Claudia Martin 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Nadia Comăneci – gimnasta și dictatorul" 9.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic (r) 14.00 Documentar (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 Rețeaua de idoli (r) 21.00 Serial: „Primăverii" 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.15-5.30 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Neil Young Journeys" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Showtime" (r) 14.00 Flm: „The BFG" (r) 16.15 Film: „The Facts of Life Down Under" (SUA, 1987) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Adevărul întunecat" (Canada, 2012). Cu: Lloyd Adams, Andy Garcia 22.45 Film: „Misiunea" (SUA, 1997). Cu: Aidan Quinn, Donald Sutherland 1.15-5.15 Reluări.

MARȚI – 18 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Știința în prima linie" 13.00 Ediție specială 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – rețete mediteraneene" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Film: „O rețetă letală: Desertul" (SUA, 2017) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Sunt spion" (SUA, 2002). Cu: Eddie Murphy, Owen Wilson 23.15 Știrile PRO TV 23.45 Serial: „Vlad" 1.45-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 22.00 Film: „Bunicul dezlănțuit" (SUA, 2016). Cu: Zac Efron, Robert De Niro 0.00 Observator 0.30 Film: „Fracul magic" (r) 2.30 Asia Express – Drumul elefantului.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Secrete de stil (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Ithaca" (SUA, 2015). Cu: Meg Ryan, Tom Hanks 22.00 Focus din inima României 22.30-1.30 Reluări 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309 " (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Armenopolis" 9.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic 14.00 Doc.: „Armenopolis" 15.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine ca-n filme (r) 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.00-5.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.30 Film: „New Year's Eve" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Monkey Trouble" (r) 14.15 Film: „Mom's Night Out" (r) 16.15 Film: „Un altfel de detectiv" (SUA 1992). Cu: Cybill Shepard 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Alien: Vânătoarea" (SUA, 2003). Cu: James Spader 22.30 Film: „Crimele din West Memphis" (coprod., 2012). Cu: Jason Baldwin, Damien Wayne 1.30-5.30 Reluări.

MIERCURI – 19 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Conviețuiri 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (t) 20.00 Telejurnal 21.00 Doc.: „PE CALE cu Tibi Ușeriu" (r) 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimeii" 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Film: „Ce se întâmplă în Vegas" (SUA, 2011). Cu: Jennifer Finnigan 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Protectorul Universului" (SUA, 2011). Cu: Ryan Reynolds, Blake Lively 23.45 Știrile PRO TV 0.15 Serial: „Vlad" 2.15-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r) 23.45 Observator 0.15 Film: „Bunicul dezlănțuit" (r) 2.00 Asia Express – Drumul elefantului (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Happy News (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Piedone la Hong Kong" (Italia, 1975). Cu: Bud Spencer 22.30 Focus din inima României 23.00-0.00 Reluări 2.00 Ajutor! Vreau să slăbesc 4.00 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" 9.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic 14.00 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" 15.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Telecinemateca: „Tess" (coprod., 1979). Cu: Nastassja Kinski, Peter Firth 23.15 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.15-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

6.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „The Facts of Life Down Under" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Stormy Weathers" (r) 14.30 Film: „Lone Star State of Mind" (r) 16.15 Film: „Proiectul Medusa I" (SUA, 1997). Cu: Vincent Spano 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Povestea Sandrei Chase" (SUA, 2012) 22.30 Film: „O noapte de pomină" (SUA, 2017) 0.15-3.30 Reluări.

RIC MADDOX – vineri, 21.10 –

JENNIFER FINNIGAN – miercuri, 14.00 –

TOM HANKS – marți, 20.00 –

CLAUDIA MARTIN – luni-duminică, 18.00 –

MATTHEW MCCONAUGHEY – joi, 20.30 –

JENNIFER LOVE HEWITT – luni, 22.00 –

IAN MICHAEL SMITH – sâmbătă, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 20 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Știința în prima linie" 13.15 Discover Romania 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.35 Moment Art (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Superhombre 22.15 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 23.50-6.10 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.15 Film: „Luna de miere în Las Vegas" (SUA, 1992). Cu: James Caan, Nicolas Cage 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Polițai în misiune" (SUA, 2010). Cu: Bruce Willis, Tracy Morgan 23.45 Știrile PRO TV 0.15 Serial: „Vlad" 2.15-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (re-run sezon 6) 23.15 Observator 23.45 Film: „Cel mai violent an" (SUA, 2014). Cu: Oscar Isaac 2.30 Observator (r) 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la ea Mărin (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial (r) 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Casa: construcție și design (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Iancu Jianu, zapciul" (România, 1980) 22.00 Focus din inima României 22.30 Serial: „Trăsniții" (r) 23.30 Film: „Poliția judiciară" (Franța, 2004). Cu: Daniel Auteuil 2.00 Cireașa de pe tort (r) 3.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 8.45 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Seial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" 9.00 Teleșcoala: Clasa XII 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa XII (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Tărâmul fericirii" (SUA, 2006) 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuadorului" 0.10-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „Stormy Weathers" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Lone Star State of Mind" (r) 14.30 Film: „Step Up 4Ever (r) 16.30 Film: „Măscăriciul" (SUA, 1997) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fantomele fostelor iubite" (SUA, 2009). Cu: Matthew McConaughey 22.30 Film: „Soldatul universal: Întoarcerea" (SUA, 1999). Cu: Jean-Claude Van Damme 0.15-3.30 Reluări.

VINERI – 21 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Comoara apașilor" (SUA, 2018, partea I). Cu: Ric Maddox, Shawn Parsons 23.00 Telejurnal 23.50-5.25 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Film: „Annie: O aventură regală" (SUA, 1995) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Celularul" (SUA, 2004) 23.30 Film: „Jaful de pe Baker Street" (coprod., 2008). Cu: Jason Statham 1.45-4.15 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Film: „Eroi de sacrificiu 2" (SUA 2012). Cu: Sylvester Stallone, Jason Statham 22.30 Film: „Troia" (SUA, 2004). Cu: Orlando Bloom, Diane Kruger 1.30 Film (r) 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 10.00 Serial (r) 11.30 Camera de râs 2018 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Căsătorie cu repetiție" (România, 1985) 22.00 Film: „Un detectiv cu..greutate" (SUA, 1991) 0.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (Germania, 1991) 0.00 Film: „Oglinda" (partea a II-a) 2.00 Film (r) 4.00 Cireașa de pe tort 5.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 5.50 Focus (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" 9.00 Teleșcoala: Clasa XII 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Doc.: „Misterele peisajului irlandez" (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa XII 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai 6.00 Cap compas (r).

PRO CINEMA

6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „Mi se spune Buchanan" (SUA, 1958) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Medusa's Child I" (r) 14.30 Film: „The Pest" (r) 16.15 Film: „Martin și Lewis" (coprod., 2002). Cu: Sean Hayes, Jeremy Northam 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Harry Potter și talismanele morții" (partea a II-a). Cu: Bill Nighy, Emma Watson 23.00 Film: „Maimuțele zburătoare" (SUA, 2013). Cu: Electra Avellan, Alvin Chon 0.45-3.45 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 22 august

TVR 1

7.00 #Creativ (r) 7.35 Politică și delicateți (r) 8.30 Yuval Noah Harari – Istoria de mâine (r) 9.30 Șah-mat 10.00 Vreau să fiu sănătos! 11.00 Levintza prezintă 11.30 Adevăruri despre trecut (r) 12.000 dată-n viață (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui (r) 15.30 Doc.: „Rusia necunoscută" 16.30 Cooltura 17.00 Doc.: „Direcția: Sud-Vest!" 17.30 Banii tăi 18.00 Izolați în România (r) 18.35 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Răpirea fecioarelor" (România, 1968) 22.50 Serial: „Aventurile căpitanului Alatriste" 23.50-5.05 Reluări.

PRO TV

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Lupta cu valurile" (SUA, 2011) 12.15 Film: „A Royal Adventure" (r) 14.30 Film: „Tu, din nou!" (SUA, 2010) 16.45 Film: „Burlaci întârziați" (SUA, 2013). Cu: Michael Douglas 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Două pistoale" (SUA, 2013). Cu: Denzel Washington 22.00 Film: „Orașul" (SUA, 2010) 0.45 Serial: „Videochat" 1.15-4.15 Reluări.

Observator

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 13.45 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r) 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite: Familii la cuțite 23.30 Film: „Prințesa îndărătnică 2: Nunta" (SUA, 2004). Cu: Anne Hathaway 2.00 Observator (r) 3.00 Film (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.30 Chef Dezbrăcatu' (r) 11.00 Secrete de Stil 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 14.00 Film: „Iancu Jianu, zapciul" (r) 16.00 Film: „Căsătorie cu repetiție" (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Secretul unei crime" (SUA, 2013). Cu: Melissa George, Joel Edgerton 22.30 Film: „Recepționerul" (SUA, 2020). Cu: Tye Sheridan, Ana de Armas 0.30-6.00 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Generația Fit 9.00 Serial: „Armășarul sălbatic" 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 (r) 17.00 Zile cu stil (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Memorialul Durerii (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Simon, micul miracol" (SUA, 1998). Cu: Ian Michael Smith, Joseph Mazzello 22.10 Serial: „Chip de înger" (ep.1) 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film: „Ritmuri nebune" (SUA, 1959) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 13.15 Film: „Harry Potter and the Deathly Hollows" (r) 16.00 Film: „Arthur" (SUA, 2011). Cu: Russell Brand, Helen Mirren 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Riddick" (SUA, 2013). Cu: Vin Diesel, Karl Urban 23.00 Film: „Marea mătoleală" (SUA, 2013). Cu: Miles Teller 1.00-4.30 Reluări.

DUMINICĂ – 23 august

TVR 1

7.00 Universul credinței (r) 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.10 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicateți (r) 15.30 Doc.: „Rusia necunoscută" 16.30 Breaking Fake News 17.10 Doc.: „Nostalgia dictaturii" 18.00 Exclusiv în România (r) 19.00 Vizita de lucru (r) 19.30 Discover Romania (r) 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Cei trei ninja lovesc din nou" (SUA, 1994) 11.30 Ce spun românii (r) 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Last Vegas" (r) 16.30 Film: „Al șaselea jucător" (SUA, 1997) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Cei patru fantastici: Ascensiunea lui Silver Surfer" (coprod., 2007) 21.45 Film: „Recompensă cu bucluc" (SUA, 2010) 0.00-5.15 Reluă'ri.

Observator

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 13.15 Film: „Prințesa îndărătnică 2: Nunta" (r) 16.00 Rămân cu tine (r) 19.00 Observator 20.00 la cuțite: Familii la cuțite 23.30 Film: „Misiune imposibilă 3" (SUA, 2006). Cu: Tom Cruise 0.15 Film: „Omul cu masca de fier" (r) 2.00 Observator (r) 3.00 Chefi la cuțite: Familii la cuțite (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Camera de râs 2018 8.10 Happy News 8.45 Casa: construcție și design 10.30 Chef Dezbrăcatu' 11.00 Apel de urgență 12.00 Teleshopping Live 14.00 Film: „Grăbește-te încet" (România, 1981) 16.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Film: „Lovit de fulger" (SUA, 2014). Jon Cryer, Stephanie Szostak 0.00-6.00 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial: „Iubire ca în filme" (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial: „Iubire ascunsă" (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

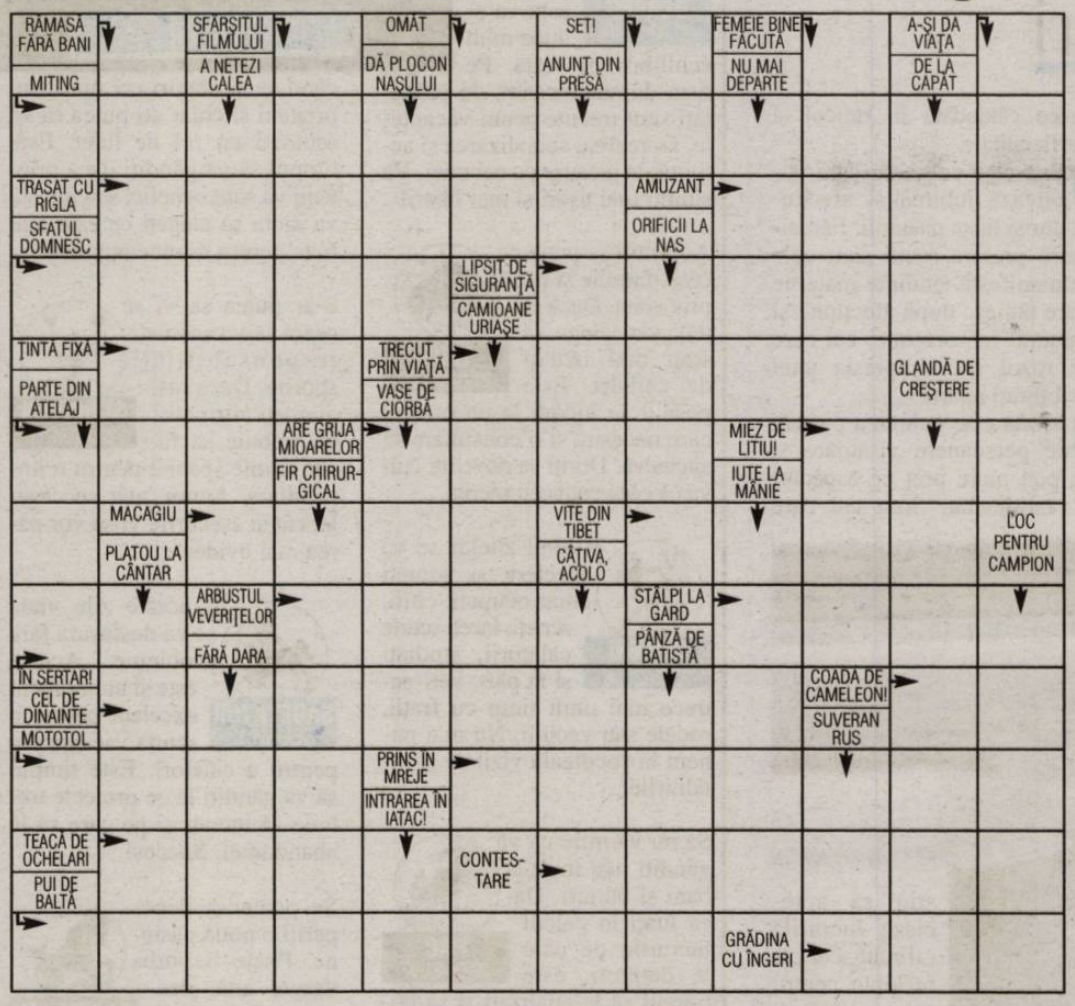
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Generația Fit (r) 12.30 Sănătate cu de toate 13.10 Film: „Lișca" (România, 1984) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Trenul de aur" (coprod., 1987) 22.40 Film: „Africa mea" (coprod., 2009) 0.35-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

6.00 La Măruță (r) 6.30 Film: „Martin and Lewis" (r) 8.30 Serial: „La Bloc" (r) 10.45 Film: „Harry Potter and the Deathly Hollows II" (r) 13.15 Film: „Medusa's Child I" (r) 15.15 Film: „Înapoi în Florida" (SUA, 2002). Cu: Angela Bassett 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „A naibii dragoste!" (SUA, 2011). Cu: Steve Carell 23.00 Film: „Soldații destinului" (coprod., 2012). Cu: Christian Slater, Sean Bean 1.00-4.30 Reluări.

CORESPONDENȚE

Integramă de **M. ALBU**



Oaia şi berbecul

Verificați-vă cunoștințele!

1. Când şi unde a fost domesticită oaia?
2. Unde se afla, conform mitologiei greceşti lâna de aur a berbecului înaripat, care i-a purtat departe, pentru a-i salva de mama vitregă pe Phrixos şi pe sora sa Helle?
3. Ce zeu egiptean avea cap de berbec?
4. Cine şi când a descoperit balada „Miorița" pe care i-a comunicat-o lui Vasile Alecsandri?
5. Ce scriitor ucrainean (1928-2004) a scris romanul „Ucideți oaia neagră"?
6. Ce mare pictor român (1838-1907) a pictat tabloul „Ciobănaş cu turma de oi"?
7. Cine a realizat, în 1954, filmul franțuzesc „Oaia cu cinci picioare"?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Nasul este o proeminență mediană a feței, situată între frunte şi gură care adăpostește în partea inferioară segmentul inițial al aparatului respirator iar în cea superioară receptorii olfactivi. De cele mai multe ori este legat de simțul mirosului. 2) Zeul ploii din mitologia mayaşă prezentat cu un nas în formă de trompă se numea Chaak. 3) Zeița din mitologia romană, patroană a mirosurilor respingătoare se numea Mephitis. 4) Neculai Milescu Spătarul fusese poreclit „Cârnu". 5) Muzica filmului de animație Pinocchio, din 1940 aparține lui Leigh Harline şi Paul J. Smith. 6) O replică a statuii lui Ovidiu din Constanța există în orașul Sulmona din Italia, locul de naştere al marelui poet. 7) „Tirada (Balada) nasului" este recitată de eroul piesei Cyrano de Bergerac.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Blesteme" am primit câte şapte răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iaşi; *Monica Vlad,* Timişoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Braşov; *Georgeta Ioan* şi *Luminița Popescu,* Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei şi *Ing. Mihai Waspusch,* Bucureşti.

✉ Ne bucură mult că problemele acestei veri nu v-au împiedicat să ne citiți şi să apreciați revista noastră. Vom ține cont de toate sugestiile dumneavoastră în ceea ce priveşte temele rubricii şi vă dorim mult succes în continuare în rezolvarea problemelor. Aşteptăm scrisorile dumneavoastră! *(Irina Stoica)*

Umor

Un român încearcă să agațe o străină pe Facebook:
– Hello.
– Hello.
– Where are you from?
– France!
– Du-te, bă, nu te cred!
– Pe bune!

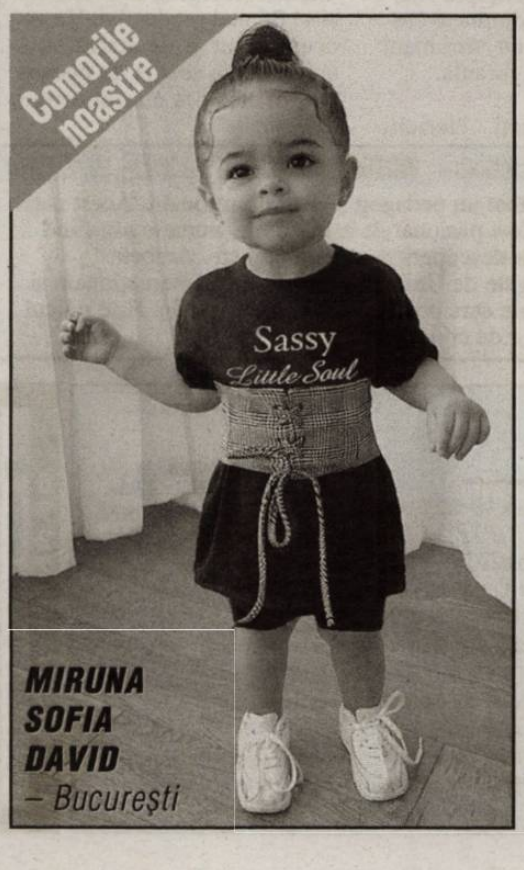
Două blonde, la o recepție simandicoasă, după ce au defilat pe la bufet. Una către cealaltă:
– Dragă, hai să plecăm! Vinul cică e vechi, icrele sunt negre!

Ajunge ardeleanul în gară şi întreabă la informații:
– O plecat trinu' de Cluj?
– Da.
– De când?
– De 3 minute.
– No, n-am întârziat mult!

Unui bărbat i s-a furat cardul de credit. Nu a depus plângere deoarece hoțul cheltuia mai puțin decât nevastă-sa.

La magazin:
– Scuzați-mă, nu mi-ați dat restul!
– Vă scuz!

Soțul, întors acasă, simte mirosul din bucătărie.
– Iar tocană de pasăre?
– Dragule, tu nu ştii ce vrei: luni îți place tocana, marți, miercuri, joi, vineri şi sâmbătă la fel – îți place – şi, deodată, duminică nu-ți mai place???!!



MIRUNA SOFIA DAVID
– București

SUDOKU

jocul săptămânii: 28

	8			2	7			4
	6			3				
	3		4			1		2
8	9					4		
1								3
		3					6	8
3		4			9		7	
				4			9	
2			7	5			4	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 27

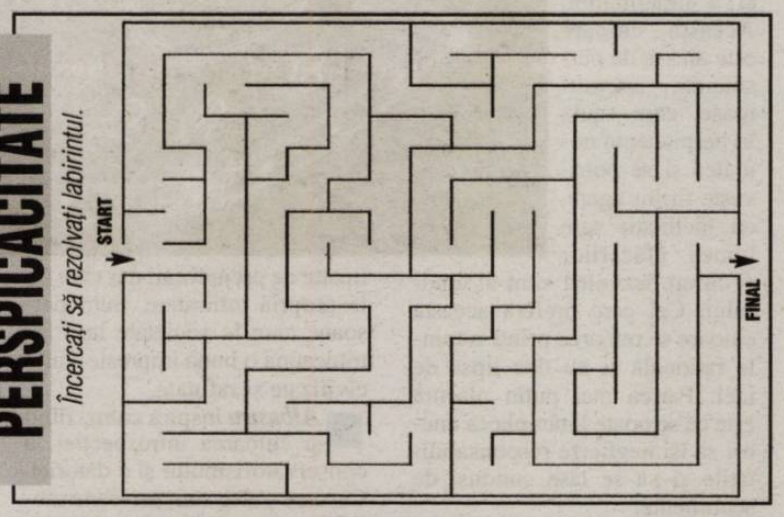
3	6	2	7	4	9	8	1	5
9	7	1	5	2	8	3	6	4
5	8	4	1	3	6	7	2	9
2	1	8	4	5	7	9	3	6
7	5	6	8	9	3	1	4	2
4	3	9	6	1	2	5	7	8
1	2	5	3	8	4	6	9	7
6	4	3	9	7	5	2	8	1
8	9	7	2	6	1	4	5	3

Soluția integramei „FASCICULE"

Orizontal: B - O - S - A - S - B - PRECIPITTIE - ARABIL - GREC - ONOR - LINII - U - ZIAR - CALCAR - VAS - AGER - ANI - A - MOCA - UITA - LG - MARGINIRI - EMAILATI - HM - PROGRES - TRIB - ARIE - TAIOSI - ARTA - NEVASTA.

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

◆ Este o plantă decorativă ce îşi are proveniența din Japonia, China şi Thailanda. Are frunze lanceolate care cresc până la 45 cm înălțime.

◆ Se poate amplasa în locuri luminoase, aerisite sau vara, în aer liber. Iarna se poate ține în locuri răcoroase, care nu depăşesc maxim 16 grade Celsius.

◆ Udarea se face din abundență, fiind o plantă de mlaştină, aşa că pământul nu trebuie să fie uscat niciodată. Necesită mereu apă şi în farfuria de sub ghiveci.

◆ Vara se administrează îngrăşăminte din două în două săptămâni, iar iarna din şase în şase săptămâni.

◆ În comerț se găsesc trei sortimente potrivite pentru interior: *Aureovariegatus,* cu frunze cu dungi galbene; *Argenteostriatus,* cu frunze cu dungi albe şi *Pusillus,* cu frunze înalte doar de 10 cm.

◆ Se poate înmulți primăvara, prin separarea rădăcinilor.

Trestia pitică

(Acorus gramineus)

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Personalitatea dezvăluită de culori

Acum câteva săptămâni am vorbit despre culoarea care ne reprezintă zodia, dar acum vom vorbi şi despre culoarea preferată, cea care ne ajută să ne definim mai bine personalitatea. Experţii în domeniu ne îndrumă să ne descoperim modalitatea de înţelegere mai bună a sinelui.

Albul este simbolul inocenţei şi al naivităţii, are conotaţii puternice cu puritatea şi tinereţea. Dacă sunteţi în vârstă şi preferaţi albul înseamnă că tindeţi spre perfecţiune, dar aveţi şi o doză de resemnare privind idealurile greu de atins. Albul mai este asociat cu dorinţa de simplitate.

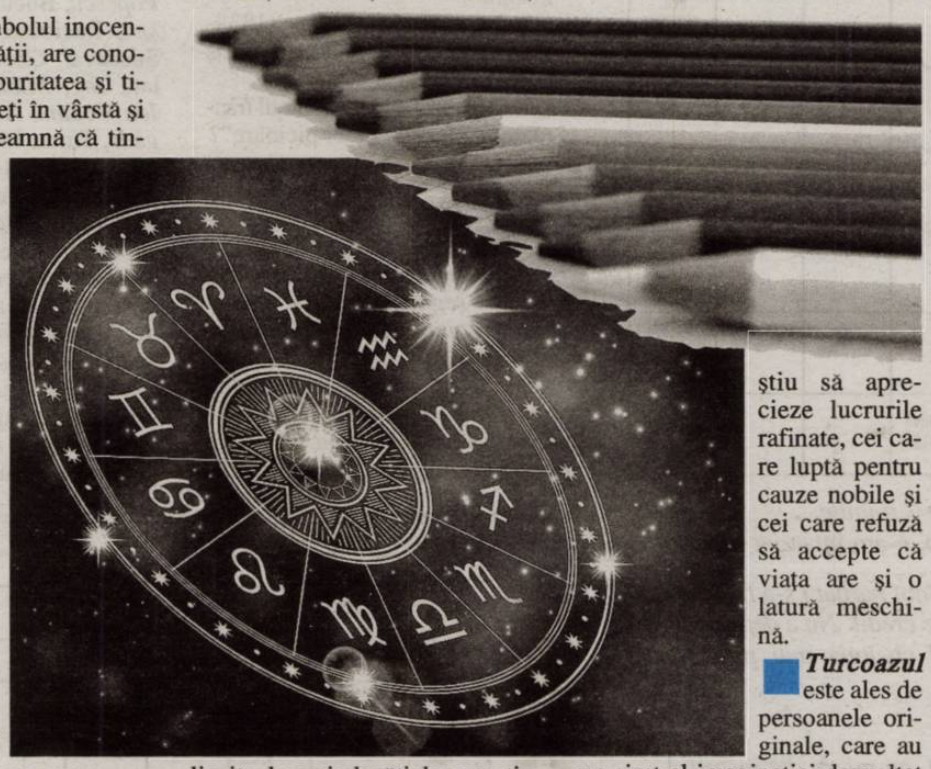
Galben este nuanţa fericirii, a înţelepciunii şi a imaginaţiei. Această culoare este aleasă de persoanele aventuroase, care caută în permanenţă noutatea şi se potriveşte firilor agere, cu înclinaţii spre lumea afacerilor şi cu un dezvoltat simţ al umorului. Cei care preferă această culoare se remarcă printr-o minte raţională şi nu duc lipsă de idei. Partea mai puţin plăcută este că se poate întâmpla ca uneori să îşi neglijeze responsabilităţile şi să se lase conduşi de sentimente.

Roşu este culoarea vitalităţii, a sănătăţii şi semnul puterii. Culoarea este purtată de cei care sunt impulsivi, expansivi sau chiar agresivi, dar şi de cei cu firi ambiţioase, în spatele cărora se ascund persoane puternice, care sunt capabile să se descurce în orice situaţie. Roşu este culoarea oamenilor optimişti şi a celor care nu suportă monotonia. În general, roşul este ales de oamenii deschişi, dornici să trăiască intens zi de zi.

Verde este culoarea armoniei, a echilibrului şi reprezintă speranţa, renaşterea şi liniştea. Este aleasă de persoanele sincere, deschise, comunicative, lipsite de prejudecăţi dar care ţin la propria intimitate. Sunt persoane care în societate lasă întotdeauna o bună impresie, fiind civilizate şi rafinate.

Albastru inspiră calm, fiind şi culoarea introspecţiei, a conservatorismului şi a datoriei. Cei care o aleg sunt persoane răbdătoare, perseverente, conştiincioase, sensibile şi echilibrate. Câteodată însă devin prea inflexibili şi excesiv de precauţi.

Portocaliu este culoarea luxului şi a plăcerilor, cea care atrage persoanele înflăcărate şi petrecăreţe, care adoră intens viaţa socială. Portocaliul este culoarea tinereţii, a puterii, a curajului şi a curiozităţii, însă cei care o aleg sunt înclinaţi să dramatizeze mai mult decât este cazul şi să



ştiu să aprecieze lucrurile rafinate, cei care luptă pentru cauze nobile şi cei care refuză să accepte că viaţa are şi o latură meschină.

Turcoazul este ales de persoanele originale, care au un simţ al imaginaţiei dezvoltat şi care se fac plăcute de la prima vedere. Însă, în spatele unui aparent echilibru se poate ascunde o stare de tensiune permanentă.

Maro este culoarea celor răbdători, conştiincioşi şi conservatori. Sunt cei care iubesc responsabilităţile, fiind de cele mai multe ori persoane de încredere. Deşi aceste persoane uneori se dovedesc a fi lipsite de tact, se pot lăsa conduşi de inflexibilitate şi încăpăţânare.

Negru este culoarea persoanelor demne şi impunătoare, a celor care nu se dau în spectacol şi a celor care vor să se învăluie în mister. Cei ce aleg negru pot arăta această opţiune ca pe o refulare a dorinţelor şi a sentimentelor.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Fabuloasele bogăţii ale lui Mansa Musa ■ Mamuţii, ucişi de erupţii vulcanice ■ Regretele „părintelui bombei atomice" ■ OZN-urile între Forţele Aeriene şi Marină ■ Stockholm – oraşul de pe ape ■ Vertigo – „ascensorul fals" ■ Aditivii alimentari – riscuri majore

HOROSCOP

17-23 august 2020

BERBEC 21.03-20.04

Aveţi un nivel de energie foarte crescut şi asta vă aduce mult echilibru în viaţă. Pe lista dumneavoastră de priorităţi sunt trecute acum vacanţele, recreerea, socializarea şi activităţile jucăuşe cu cei mici. Vă simţiţi mai uşori şi mai liberi!

TAUR 21.04-21.05

Accentul se pune pe casă, familie şi propria viaţă. Dacă puteţi, veţi alege să staţi mai izolaţi de ceilalţi. Este posibil să lucraţi la un proiect care necesită şi o consultare cu altcineva. Doriţi să dovediţi cuiva că ceea ce faceţi merită.

GEMENI 22.05-21.06

Ritmul zilelor se va accelera şi sunteţi chiar ocupaţi: citiţi, scrieţi, faceţi scurte călătorii, studiaţi şi în plus, veţi petrece mai mult timp cu fraţii, rudele sau vecinii. Nu mai punem la socoteală vizitele şi întâlnirile...

RAC 22.06-21.07

Să nu vă mire că vă gândiţi mai mult la bani şi bunuri. Dacă luaţi în calcul lucrurile pe care le deţineţi, este timpul să le analizaţi şi să hotărâţi care vă sunt de folos şi ce nu. Uitaţi-vă bine peste tot (sertarele şi dulapurile înţesate cu de toate).

LEU 22.07-22.08

Primiţi un impuls uimitor de energie. Parcurgeţi o perioadă a noilor începuturi şi chiar este cazul să vă puneţi pe primul loc. Nu sunteţi egoişti! Dar chiar este vremea să ieşiţi în evidenţă!

FECIOARĂ 23.08-22.09

Este momentul perfect să vă gândiţi la proiectele de viitor. Definiţi-vă clar câteva planuri care vă vor ajuta să luaţi şi deciziile potrivite. Obiectivele vă oferă un control mai bun asupra viitorului dumneavoastră şi un sentiment de siguranţă.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Sunteţi fericiţi când aveţi alături cei mai buni prieteni şi chiar aţi putea să vă asumaţi un rol de lider. Este timpul să vă gândiţi dacă prietenii vă sunt benefici sau nu. Vă va ajuta să alegeţi ce este mai bine pentru dumneavoastră.

SCORPION 23.10-21.11

S-ar putea să vi se ceară să vă asumaţi responsabilităţi sporite. Dacă răspundeţi afirmativ, nu trebuie să faceţi nimic special pentru a impresiona. Acum, atât succesele, cât şi eşecurile vi se vor părea mai evidente.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

În aceste zile viaţa se va desfăşura fără probleme. Acesta este şi un moment excelent pentru o scurtă vacanţă sau pentru a călători. Este timpul să vă gândiţi la ce proiecte trebuie să lucraţi şi pe care să le abandonaţi. Succes!

CAPRICORN 22.12-19.01

Se poate să descoperiţi o nouă pasiune. Poate fi vorba despre artă, despre profesie, o nouă iubire sau chiar un nou tip de experienţă. Aveţi voinţa să dovediţi cât de buni puteţi fi. Doar sunteţi perfecţioniştii zodiacului, nu?!

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Ar trebui să vă ocupaţi atent cu şefii sau autorităţile. Este şi un moment în care vă daţi seama uşor ce funcţionează şi ce nu. Poate fi vorba despre relaţii sau parteneriate. Gândiţi-vă şi stabiliţi ce schimbări doriţi să faceţi.

PEŞTI 19.02-20.03

Următoarele zile vor reprezenta o schimbare de viteze pentru dumneavoastră. Vă doriţi să munciţi din greu şi să fiţi mai productivi. Vă veţi ocupa atent şi de starea sănătăţii care dă semne de oboseală. Fiţi atenţi la abuzul de dulciuri!

Nativul săptămânii: **VICTOR DAIMACA** (22.08.1892 – 20.05.1969)

A fost un pedagog şi astronom român. Acest nativ Leu a fost pasionat de astronomie, numele său fiind legat de descoperirea a două comete. Ambele omologate de Uniunea Astronomică Internaţională şi singurele care poartă numele unui român. Este unicul român descoperitor de comete.

TELEFONUL CITITORILUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon.
0213178965

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	7,50 LEI
❑ 2 LUNI	15,00 LEI
❑ 3 LUNI	22,50 LEI
❑ 4 LUNI	30,00 LEI
❑ 5 LUNI	37,50 LEI
❑ 6 LUNI	45,00 LEI

În atenţia abonaţilor!

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

❶ Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

❷ Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➔ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (70 euro sau 80 $, un abonament pe şase luni; 35 euro sau 40 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. „MAGAZIN" S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1511 • ANUL LXIII • 20 AUGUST 2020 • 16 PAGINI • 2,5 LEI Nr. 29 (3261)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

Cum condiţionează geografia o **CIVILIZAŢIE**

Femina club

Lecţii de nutriţie

7 alimente pe care este posibil să le consumaţi greşit

E bine de ştiut

Fructele şi diabetul

Istorii uitate

Regretele **„PĂRINTELUI BOMBEI ATOMICE”**

„Muştele caută o rană, albinele flori, oamenii buni calităţi, iar bârfitorii defecte.”

Socrate

„Materia întunecată” din dietă

UN ARTICOL DINTR-UN RECENT NUMĂR DIN REVISTA ŞTIINŢIFICĂ BRITANICĂ *NEW SCIENTIST* se opreşte asupra unui subiect extrem de interesant, şi anume nutriţia noastră, privind lucrurile dintr-un unghi cu totul nou. Iată câteva informaţii, pe scurt.

Ne-am obişnuit să citim etichetele produselor pe care le cumpărăm de la supermarket, în căutarea unei alimentaţii sănătoase. Dar ce nu descoperim pe nicio etichetă este ceea ce unii specialişti numesc „materia întunecată” din alimente. „Materia întunecată”, se admite în general, este 85 la sută din materia din univers despre care fizicienii spun că există, dar pe care nu o vedem.

Astfel, putem citi pe eticheta unui produs, dincolo de aditivi, un număr de ingrediente reale, dar produsele conţin multă „materie întunecată nutriţională”, adică mii şi mii de compuşi, până de curând complet necunoscuţi, care pot afecta sănătatea noastră. „Înţelegerea modului în care dieta afectează sănătatea este limitată la 150 de componente-cheie nutritive”, afirmă Albert-László Barabási de la *Harvard Medical School*, cel care a inventat termenul „materie întunecată nutriţională”. Dar acestea reprezintă doar o mică parte din cele prezente în alimentele noastre. „Este timpul”, spune el, „ca nutriţioniştii să pornească la vânătoarea de materie întunecată nutriţională”.

Ideea că alimentele sunt un amestec bogat şi complex de substanţe biochimice nu este o noutate. Cunoscutele substanţe macronutriente – proteine, carbohidraţi şi grăsimi – sunt şi ele extrem de diverse. Există, de asemenea, o mare varietate de micronutrienţi, minerale, vitamine şi alte produse biochimice, multe dintre ele fiind prezente doar în cantităţi infime, dar care pot avea efecte profunde asupra sănătăţii. În SUA, sursa oficială de informaţii despre această supă biochimică complexă este Baza Naţională de Date pentru Substanţe Nutritive aflată la Departamentul Agriculturii. Aceasta conţine informaţii despre compoziţia a sute de mii de alimente, defalcate în 188 de componente nutritive diferite. Astfel, pentru „usturoi”, baza naţională de date pomeneşte până la 58.055 de produse alimentare care îl conţin, variind de la usturoi integral şi brut la alimente procesate. „Usturoiul brut” conţine 67 de macro- şi micronutrienţi, unii cuantificaţi până la microgame la 100 de grame sau concentraţii mai mici de 0,00001%. Informaţia pare extrem de detaliată, însă este departe de a fi cuprinzătoare.

De exemplu, omite o parte din compuşii aromatici esenţiali din usturoi, cum ar fi *alina*. Aceasta este o problemă generală în baza de date americană, spune Barabási, pentru că urmăreşte doar componente nutriţionale comune în multe alimente şi astfel omite multe dintre cele mai rare.

De aceea, în urmă cu aproximativ 10 ani, o echipă internaţională de cercetători a decis să întocmească o bază de date mai cuprinzătoare despre compoziţia diverselor alimente. Rezultatul a fost o bază de date masivă numită FooDB, despre care David Wishart, de la Universitatea din Alberta, Canada, unul dintre fondatorii proiectului spune că deţine acum informaţii despre aproximativ 70.000 de compuşi nutritivi – de aproape 400 de ori mai mult decât baza de date oficială americană. De exemplu, baza naţională de date listează 67 de compuşi în usturoiul brut, în vreme ce FooDB a identificat 2306. Dar şi aşa, 99,5 la sută din componentele din alimente sunt încă un mister. Chiar şi FooDB este incomplet. Dintre cei 2306 de compuşi din usturoi listaţi, de exemplu, doar 146 au fost cuantificaţi, ceea ce înseamnă că mai mult de 2000 de alţi compuşi se constată că sunt prezenţi, dar la concentraţii necunoscute.

Aşadar, şi în cazul FooDB, un total de aproximativ 85 la sută din componentele nutriţionale sunt încă necuantificate. Ceea ce înseamnă, cumva, doar vârful salatei de aisberg, despre care baza de date americană pomeneşte 11 compuşi, în timp ce FooDB listează mai mult de 4000!

„Am subestimat grav complexitatea alimentelor”, spune Tim Spector de la *King's College London*, care afirmă că „aproape tot ce ni s-a spus despre mâncare este greşit”.

> **DESPRE CE DIETE TREBUIE SĂ URMĂM SAU CARE SUNT CELE NESĂNĂTOASE SE VORBEŞTE ZILNIC. DESPRE CALORII, COLESTEROL ŞI GRĂSIMI, LA FEL. ÎNSĂ ŞTIM CU EXACTITATE CE CONŢIN CU ADEVĂRAT ALIMENTELE PE CARE LE FOLOSIM ZILNIC?**

Nutrienţii întunecaţi

Cercetările lui Barabaş conduc către adevărata complexitate a alimentelor, spune el, şi asta deoarece materia dietetică întunecată ne poate influenţa sănătatea, atât în bine, cât şi în rău.

„A avea informaţii mai detaliate despre ce compuşi sunt în alimente, cu siguranţă ar fi de ajutor cercetătorilor în nutriţie”, spune Larry Parnell de la Universitatea Tufts din Massachusetts, dar „implicaţiile asupra sănătăţii sunt în mare parte necunoscute”, adaugă Barabási.

„Cu siguranţă, unele dintre aceste substanţe nutritive întunecate sunt destul de importante pentru sănătatea umană”, afirmă şi Wishart. Dar ideea nu este însuşită în unele cercuri nutriţionale consacrate.

Mike Gilbey de la *University College*, Dublin, Irlanda, de pildă, este de părerea că „nutrienţii sunt pe deplin cunoscuţi, nu există nicio problemă întunecată”.

O altă obiecţie la afirmaţia că înţelegerea materiei întunecate este importantă pentru sănătate este aceea că majoritatea compuşilor apar în cantităţi insignifiante.

Dar, spune Barabási, asta asta este o concepţie greşită: vitamina E este prezentă în micrograme la 100 de grame de alimente, dar absenţa acesteia are efecte negative asupra sănătăţii. „Deci nu este adevărat că substanţele chimice cu concentraţie scăzută nu au efect asupra sănătăţii”.

Barabási şi colegii săi au consultat o altă bază de date, Baza de date Comparative Toxicogenomics, un inventar al modului în care mii de substanţe chimice interacţionează cu corpul nostru. Ei au analizat cele 67 de componente „oficiale” ale usturoiului şi au descoperit că 37 erau deja cunoscute ca fiind legate de sănătatea şi bolile umane. Apoi au făcut acelaşi lucru pentru cei 2306 de compuşi din usturoi enumeraţi în FooDB şi au descoperit 574 de compuşi suplimentari cu efecte potenţiale asupra sănătăţii.

Barabási afirmă că aceste vaste zone de complexitate nutriţională neclasificată ar putea fi motivul pentru care ştiinţa nutriţiei produce atât de des rezultate inconsistente şi contradictorii. De aici şi sfaturile care se bat cap în cap: o săptămână vinul roşu este rău pentru sănătate, săptămâna viitoare este bun. La fel, carnea roşie, ouăle, grăsimile saturate şi multe altele. Fără o imagine completă a compoziţiei nutriţionale a alimentelor, nu se pot compara corect lucrurile.

Acest fapt este valabil şi pentru micronutrienţii individuali. „De pildă beta-carotenul”, spune Barabási, „tinde să fie asociat pozitiv cu bolile de inimă, conform studiilor epidemiologice, dar studiile care adaugă beta-caroten la dietă nu arată beneficii pentru sănătate. Un motiv potenţial este că beta-carotenul nu vine niciodată singur în plante; aproximativ 400 de molecule sunt întotdeauna prezente cu acesta”.

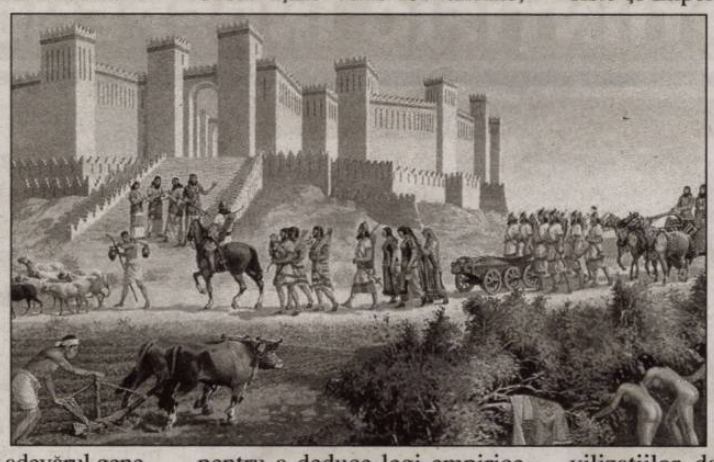
O altă cauză probabilă este efectul microbiomului asupra nutrienţilor întunecaţi, spune Wishart. „Cele mai multe substanţe nutritive întunecate sunt transformate chimic de bacteriile intestinale. Acesta este probabil motivul pentru care studiile asupra beneficiilor diferitelor alimente oferă relativ rezultate ambigue”.

GEORGE CUŞNARENCU

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU-MUREŞ

Cum condiţionează geografia o civilizaţie

Persoane total nevăzătoare descoperă elefantul, despre care nu ştiu cum arată. „Este ca o coloană!" – exclamă primul, care pusese mâna pe un picior al animalului. „Ba, deloc: seamănă cu un evantai." – îl contrazice cel care pipăise o ureche a pachidermului. Şi tot astfel, fiecare orb descrie în felul său elefantul, în funcţie de partea corpului pe care pusese mâna. Anecdota vrea să arate că un lucru oarecare poate fi perceput în feluri diferite, însă conţinând o parte din adevărul general. Aşa se face că geografia modernă (începând din secolul al XIX-lea) a cunoscut două mari curente de gândire succesive: determinismul şi posibilismul.



În determinism, mediul (clima, relieful, accesul la mare etc.) condiţionează dezvoltarea unei civilizaţii la modul „Spune-mi de unde vii şi-ţi voi spune cine eşti." Consecinţa directă: geografii determinişti consideră că ne putem baza pe observaţiile unui loc anume, pentru a deduce legi empirice aplicabile şi în alte regiuni similare din lume.

De pildă, pentru Carl Ritter (1779-1859) „Asia, continentul soarelui-răsare, este locul de origine al civilizaţiilor, în timp ce Europa, continentul apusului de soare, adăposteşte culmile civilizaţiei umane. Descoperirea Americii, aflată şi mai la vest, nu poate decât să anunţe o nouă culme. Însorirea intensă face civilizaţiile africane destul de leneşe."

Pe scurt, localizarea geografică ar determina succesul unei civilizaţii! Dar unul dintre „defectele" acestei teorii geografice este utilizarea sa pentru a apăra ideologiile rasiste şi imperialiste. Aici, Ritter justifică prin determinismul geografic ideea superiorităţii culturii occidentale faţă de celelalte.

Posibilismul poate fi descris prin fraza „Natura propune, omul dispune." Mediul impune constrângeri ce influenţează dezvoltarea civilizaţiilor, dar aceasta nu forţează evoluţia lor pe o cale precisă şi unică. Datorită inteligenţei sale, omul se poate adapta în diverse moduri la constrângerile impuse de natură, ceea ce poate duce la rezultate foarte diferite de la o cultură la alta.

Povestea orbilor şi a elefantului arată că, după aceeaşi logică, orbii au nevoie să îşi pună în comun diferitele puncte de vedere pentru a avea o imagine globală asupra animalului. La fel, studiul unui mediu necesită o abordare multidisciplinară şi pe scale mai diferite.

A fi „determinat"

Să vorbim corect!

Invazia de englezisme din limba noastră se desfăşoară pe un plan larg şi nu se rezumă la introducerea unor cuvinte de cele mai multe ori nejustificat şi absolut inutil.

Foarte supărător este însă sensul schimbat al unor cuvinte folosite de noi altfel şi nu de azi de ieri. Este cazul acelui „patetic" despre care s-a mai scris în această rubrică şi care de la „avântat, plin de patos" este utilizat ca în limba engleză drept „jalnic".

Şi mai supărătoare este traducerea unor expresii tot după model englezesc înlocuindu-le pe cele pe care le ştiam cu toţii. Este cazul oribilului *„face sens"* dar nu este singurul de acest fel. Se grăbesc să vină din urmă şi altele, aşa cum este „sunt determinat". Auzim în jur „sunt determinat să fac/ să acţionez/ să încep" etc.. Expresia este evident tradusă din limba engleză înlocuind-o pe „sunt hotărât".

Aceşti vorbitori de „limbă subţire" ignoră cu totul faptul că în limba română verbul „a determina" înseamnă a cauza şi este folosit în anumite situaţii. „Eşti determinat" de ceva sau de cineva din afară şi „eşti hotărât" de propria ta convingere, din interiorul tău. E păcat ca printr-o sclifoseală lingvistică să anulăm asemenea nuanţe semantice.

Aşadar, înainte de a ne năpusti pe neologisme (sau calcuri lingvistice) să cântărim mai bine ce vrem să spunem şi s-o facem astfel încât să ne înţeleagă toată lumea. *(I.S.)*

Populatea Americilor

Se cunoaşte bine suita de controverse referitoare la originea, vechimea, motivele şi modalităţile de emigrare etc. ale populaţiilor care nu ar fi fost originare din întinsele teritorii ale Americilor de astăzi.

Pentru că – cel puţin pe tărâm ştiinţific – se doreşte acreditarea ideii că sutele de grupuri umane găsite de cuceritorii europeni dincolo de Atlantic nu ar fi stăpânitoarele „de drept" ale teritoriilor invadate de conchistadorii Evului Mediu şi, prin urmare, acţiunile genocidare ale europenilor ar fi fost oarecum justificate. Totuşi, la fel ca pretutindeni în lume, se găsesc permanent, şi aici, vestigii ce împing tot mai sus vârsta populaţiilor native americane.

În grota Chiquihuite din Mexic s-au găsit urme de habitat vechi, care – afirmă public cercetătorii – ar putea demonstra că populatea Americii ar fi putut avea loc mai devreme decât se estima până acum. Este vorba despre un mare număr de arme de piatră cu vârste de până la 33.000 de ani î.Hr., experţii apreciind că grota ar fi fost locuită timp de cel puţin 20.000 de ani. Aceasta ar însemna – păstrând ideea că trebuie să ne referim la populaţii alogene, şi nu la băştinaşi – că primii locuitori ai zonei ar fi venit în America de Nord cu circa 15.000 de ani mai devreme decât fusese estimat înainte.

Oamenii de ştiinţă mexicani şi străini cercetează urme de ADN, ale vechilor oameni trăitori în grota Chiquihuite din statul Zacatecas, în fosilele descoperite aici, la modul în care prezenţa unor intruşi ar putea contamina substratul arheologic vechi de multe mii de ani, potrivit unui comunicat al ministerului mexican al culturii. Mai pe înţelesul nostru, întâi se stabileşte că rezultatele cercetărilor trebuie să ajungă la o concluzie anume, apoi se caută argumente care să ducă exact către acea finalitate...

Ciupercile de la Cernobîl

În timp ce oamenii anunţă marea cursă spre cucerirea planetei Marte, radiaţiile reprezintă cea mai mare ameninţare pentru misiunile din spaţiul îndepărtat. Dar, spre marea surprindere a tuturor, rezolvarea problemei ar putea veni exact de unde ne-am aştepta mai puţin.

În căutarea unor scuturi antiradiaţii inovante, care să-i protejeze pe astronauţi împotriva radiaţiilor cosmice puternice, o echipă de cercetători din universităţile Stanford (California) şi Carolina de Nord, şi-au concentrat interesul asupra ciupercilor ce cresc din abundenţă în jurul şi în incinta centralei nucleare de la Cernobîl.

Ei au pornit de la ideea că anumite ciuperci se dezvoltă în locuri de pe Terra puternic iradiate şi că aceste organisme par a efectua un soi de radiosinteză, printr-un procedeu similar fotosintezei, utilizând pigmenţi cunoscuţi sub numele de melanină, pentru a converti radiaţiile gamma în energie chimică.

Grosso modo, radiosinteza corespunde fotosintezei, cu deosebirea că energia absorbită de ciupercă nu este cea a soarelui, ci aceea emisă prin radiaţiile ionizante, dat fiind faptul că radioactivitatea este prezentă în cantităţi imense.

Creşterea ciupercilor *Cladosporium sphaerospermum* şi capacitatea lor de a atenua radiaţiile ionizante au fost studiate la bordul Staţiei Spaţiale Internaţionale (SSI) timp de 30 de zile, în condiţii ce au simulat sejurul pe Marte.

Testul a demonstrat că specimenele ceva mai mici de 2 milimetri au permis scăderea nivelului radiaţiilor cu cel puţin 2%. Calculele permit să se afirme că un strat de ciuperci de circa 21 de centimetri ar putea să anuleze considerabil echivalentul dozei de radiaţii anuale la suprafaţa planetei Marte şi că 9 centimetri ar fi necesari cu un amestec specific pentru Planeta Roşie, pentru asigurarea decontaminării corespunzătoare protecţiei viitoarelor misiuni către acest „Far West" cosmic.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Șoselele viitorului, din cauciucuri uzate

Dacă până acum cauciucurile uzate și materialele de construcții de la casele demolate sfârșeau la gropile de gunoi, în curând ele ar putea fi reciclate pentru realizarea de șosele sustenabile și mult mai rezistente la uzură decât din ziua de azi.

Un nou material pentru acoperirea drumurilor a fost dezvoltat de cercetătorii australieni, amestecul de pietriș, nisip, cărămidă și cauciuc având avantajul de a fi mai flexibil decât materialele standard – și împiedicând astfel apariția de crăpături în carosabil.

Potrivit inventatorilor, această soluție numită „zero pierderi" va susține și economia, pentru că aproximativ o jumătate din producția de deșeuri a omenirii provine din construcții, renovări și demolări. În plus, în fiecare an ajung la gunoi circa un miliard de anvelope de cauciuc uzate.

„Baza tradițională de construcție a șoselelor actuale este formată din materiale nesustenabile – piatră de carieră și nisip natural. Amestecul nostru de material constituie o alternativă 100% reciclată a acestora, oferind o cale de a refolosi anvelopele și materialele de construcție provenite de la demolări și în același timp îndeplinind criterii-cheie, precum flexibilitate, forță și deformare permanentă", explică unul dintre autorii metodei, inginerul Saberian Boroujeni, de la Universitatea RMIT Melbourne.

Mâncați mai puțin, cu muzică lentă

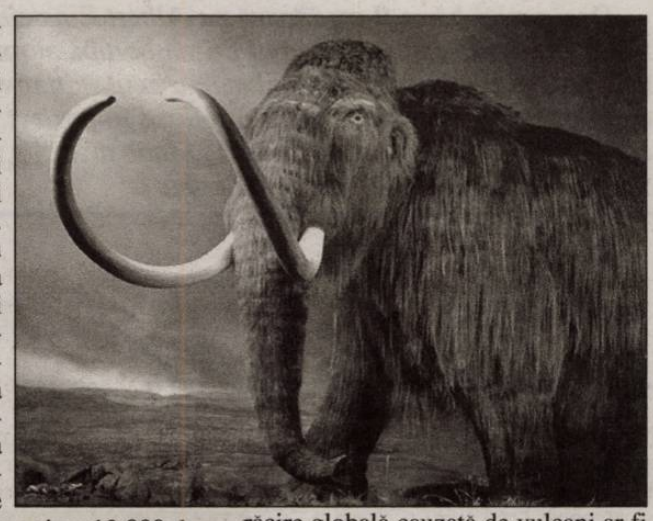
Se pare că, în materie culinară, până și muzica pe care o ascultăm în timpul mesei ne influențează cât mâncăm. Astfel, o muzică rapidă, antrenantă, zbuciumată, ne va face să devorăm pur și simplu mâncarea, în vreme ce o muzică domoală, calmă, indiferent dacă este jazz, clasică sau alt gen muzical, ne va determina să mâncăm fără grabă, întrucât, spun specialiștii, creierul uman are tendința de a mânca, în mod inconștient, urmând ritmul sonor al habitatului în care se află.

Descoperirea a fost făcută de o echipă de la Universitatea Aarhus, Danemarca. Membrii acesteia au recrutat 200 de voluntari care au fost supervizați și înregistrați, fără ca ei să știe, în timp ce mâncau ciocolată în cantine școlare sau la restaurante. S-a cronometrat timpul necesar fiecărui participant pentru a consuma cinci bucăți de ciocolată dintr-o tabletă. Atunci când oamenii mâncau în tăcere, timpul a fost de 24 de secunde.

Când muzica era zgomotoasă, nu le lua mai mult de 34 secunde să mănânce toate dulciurile, în timp ce la o muzică lentă durata s-a prelungit la 38 de secunde. Nu este primul studiu care relevă importanța mediului sonor în care mâncăm: în 2018 savanții americani au ajuns la concluzia că muzica zgomotoasă din restaurantele fast-food încurajează consumatorii să comande mâncare nesănătoasă, chiar dacă nu sunt fani ai acesteia, în general, în vreme ce, dacă ascultă o muzică mai lentă au tendința de a comanda preparate mai puțin nocive.

Mamuții, uciși de erupții vulcanice

Mulți savanți consideră că omul, cea mai „stricătoare" ființă a planetei ar fi vinovat și de dispariția, cu circa 13.000 de ani în urmă, a mamuților.



Ei bine, deși are pe conștiință multe specii de animale, păsări și plante, ființa umană ar putea să nu fie responsabilă și de extincția uriașelor pachiderme ale preistoriei.

Cele mai noi cercetări în domeniu relevă că Pământul s-a răcit rapid, acum 13.000 de ani, ca urmare a unor erupții vulcanice catastrofale, care au dus la scăderea temperaturilor globale cu câteva grade Celsius. Analizele au relevat prezența a numeroase sedimente de rocă provenite nu de pe meteoriți sau asteroizi (se propusese și ipoteza „ploii de meteoriți" care ar fi distrus mamuții), ci din interiorul Terrei.

Aceste roci au fost proiectate la suprafața planetei în urma unor violente erupții vulcanice. „Am reușit să identificăm o semnătură geochimică asociată cu evenimentul de răcire bruscă a climei, acum circa 13.000 de ani", explică profesorul Alan Brandon, de la Universitatea Houston, Florida.

În opinia acestuia, erupțiile vulcanice au răspândit particule de cenușă și praf în atmosferă, acestea reflectând înapoi în spațiu energia termală provenită de la Soare. O asemenea perioadă de răcire globală cauzată de vulcani ar fi putut dura și câțiva ani, în funcție de dimensiunile erupției.

„Aceste semnături geochimice au fost probabil rezultatul unor erupții vulcanice majore produse succesiv în emisfera nordică, de vulcani din insulele Aleutine și extremitatea nordică a Europei și Americii de Nord. Este foarte posibil ca răcirea climei provocată de aceste erupții în lanț să fi durat până la câteva secole, provocând treptat diminuarea până la extincție a populațiilor de mamuți", susține profesorul Brandon.

Injecțiile cu botox, utile și contra depresiei

Analizând o bază de date referitoare la efectele secundare ale utilizării medicamentelor de sinteză și tratamentelor alopate, experți de la Universitatea San Diego, California, au realizat o descoperire întâmplătoare, dar foarte importantă. Ei au stabilit că femeile care-și injectaseră botox pentru eliminarea ridurilor erau cu 40-88% mai puțin predispuse să sufere de depresie decât cele care utilizau alte tratamente pentru aceleași motive.

Botoxul este de altfel utilizat la ora actuală nu doar pentru proceduri cosmetice, ci și în caz de transpirație excesivă, migrene, spasme și chiar vezică urinară superactivă. Potrivit datelor OMS, peste 264 de milioane de oameni de pe planetă suferă astăzi de depresie și, deși boala este tratată în mod obișnuit printr-o combinație de psihoterapie și medicamente antidepresive, toate aceste terapii sunt ineficiente pentru circa o treime dintre pacienți.

După cum se știe, botoxul, prescurtarea de la „Botulinum toxicum", este o proteină neurotoxică secretată de bacteria *Clostridium botulinum,* fiind una dintre cele mai puternice otrăvuri cunoscute de omenire. Botoxul acționează prin eliberarea în organism a unui transmițător chimic implicat în activarea mușchilor.

Relaxând mușchii faciali, botoxul atenuează – fie și temporar – ridurile. Informațiile legate de efectele pozitive ale botoxului asupra depresiei sunt acum verificate în câteva testări clinice, pentru a se stabili cu certitudine dacă injecțiile cu botox aplicate la nivelul frunții ar putea constitui un inedit tratament viabil împotriva depresiei.

Secete întinse pe ani întregi în Europa

Dacă emisiile de gaze de seră vor continua în ritmul actual, Europa se va confrunta, în următoarele decenii, cu secete cumplite, întinse uneori pe doi ani. Un asemenea fenomen, numit „secetă extremă", a lovit deja centrul continentului în 2018-2019, ducând la o scădere cu o cincime a producției agricole, dar el va fi de șapte ori mai frecvent până la sfârșitul acestui secol.

O echipă de cercetători germani de la Centrul de cercetări privind mediul UFZ-Helmholtz a folosit diverse modele climatice pentru a determina cum s-ar putea produce asemenea secete extreme în cazul diferitelor scenarii de emisii poluante, în viitor.

Ei au comparat nivelurile istorice ale gazelor de seră, pornind de la cele anterioare Revoluției Industriale, și au adăugat în ecuație emisii normale, moderate și scăzute. Savanții au descoperit că riscul unei secete de doi ani ar putea scădea la jumătate dacă emisiile sunt reduse la niveluri moderate – fapt care ar reduce cu 37% suprafețele de teren arabil afectate.

Pe de altă parte, situația ar putea deveni gravă dacă se menține tendința de creștere a poluării industriale înregistrată la ora actuală, temperaturile globale urmând, în acest caz, să crească până în 2100 în medie cu 4,3°C comparativ cu nivelurile anterioare industrializării.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Regretele „părintelui bombei atomice”

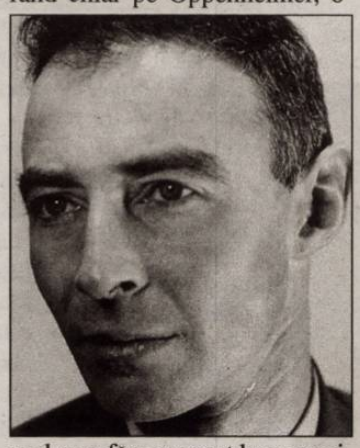
Deşi multă lume îl creditează pe Albert Einstein ca fiind „creierul” care a conceput prima bombă atomică, adevărul este cu totul altul: cel care a avut iniţiativa, a coordonat eforturile savanţilor implicaţi în proiect şi a condus acest proiect (numit codat „Manhattan”) a fost fizicianul Julius Robert Oppenheimer.

Anterior, Oppenheimer nu se remarcase în nicio întreprindere similară şi, potrivit colegilor săi, „n-ar fi fost în stare să administreze niciun chioşc de hamburgeri”. Dar el era cu adevărat un geniu polivalent, de o inteligenţă sclipitoare şi precoce. La 12 ani scrisese o lucrare despre o rocă descoperită de el şi o trimisese Societăţii de Mineralogie din New York.

Membrii acesteia l-au invitat să susţină o prelegere şi au rămas uimiţi să vadă că este doar un băieţandru – Oppenheimer nu-şi menţionase vârsta. Pe tot parcursul anilor de şcoală, a excelat la toate materiile, de la filosofie şi engleză la chimie şi fizică, având, de asemenea, o apetenţă pentru deprinderea limbilor străine. Una dintre distracţiile sale favorite era să ceară prietenilor să îi pună întrebări în latină, la care el răspundea în greaca veche! Mai târziu, la maturitate, a învăţat limba olandeză în doar şase săptămâni doar fiindcă urma să ţină o prelegere academică la o universitate din Amsterdam!

Dar abilităţile sale sociale lăsau de dorit: nu avea mulţi prieteni, socializa greu, vorbea puţin în public şi era strivit de o timiditate agasantă. La izolarea sa au contribuit şi părinţii, extrem de bogaţi, care, dată fiind fragilitatea sănătăţii sale l-au crescut într-un „turn de fildeş” – aşa se explică şi faptul că s-a îmbolnăvit de varicelă abia la maturitate, când lucra deja la fabricarea bombei atomice. La momentul testării primei bombe, în 1945, Oppenheimer era „un schelet ambulant”, cântărind doar 62 kg la o înălţime de 185 cm!

Succesul testului Trinity, în iulie 1945, l-a şocat în primul rând chiar pe Oppenheimer, omul care făcuse acest lucru posibil, adunând la un loc la Los Alamos cele mai strălucite minţi din domeniul fizicii nucleare.



Se ştie că, văzând strălucirea ciupercii atomice, savantul ar fi spus, cu tristeţe, citând un text din scripturile hinduse: „Acum am devenit Moartea, distrugătoarea lumilor.” El a încercat zadarnic, alături de alţi cercetători, să determine guvernul american să lanseze bomba într-o regiune nelocuită din Japonia, doar pentru a-i avertiza pe japonezi asupra armei colosale pe care Aliaţii o aveau acum la dispoziţie, dar guvernul şi mai ales militarii SUA nici nu au vrut să audă. Regretele lui pentru lansările de la Hiroshima şi Nagasaki au fost cu atât mai intense cu cât, după război, s-a descoperit că împăratul Japoniei cocheta deja cu ideea capitulării încă din iulie 1945. Se spune chiar că, în octombrie 1945, la o întâlnire cu Truman, Oppenheimer ar fi refuzat să dea mâna cu acesta, motivând: „Domnule preşedinte, am mâinile pătate de sânge.”

Preşedintele l-a expediat rapid, cerând apoi secretarului de stat Dean Acheson: „Nu vreau să-l mai văd niciodată pe ticălosul ăsta.” Tot mai deziluzionat, savantul a încercat zadarnic să stopeze cursa nucleară în care SUA se lansaseră, sabotând făţiş eforturile colegului său, Edward Teller, de fabricare a bombei cu hidrogen.

Acest lucru, precum şi mai vechile simpatii comuniste, l-au transformat pe „eroul Americii” într-un posibil trădător. Considerat un risc pentru securitatea naţională şi bănuit chiar că ar fi spion sovietic, Oppenheimer a fost anchetat, fiind acuzat chiar de Teller că ar acţiona „la ordinele directe ale Moscovei”.

În 1954, umilit şi învins, marele savant a fost forţat să plece din serviciul guvernamental, dar a continuat să pledeze, alături de mari savanţi, ca Albert Einstein şi Bertrand Russell, pentru dezarmarea nucleară. Retras la o casă de vacanţă din insulele Virgine, Oppenheimer a murit în 1967 din cauza unui cancer în gât, el fiind toată viaţa un înrăit fumător.

Fotodocument

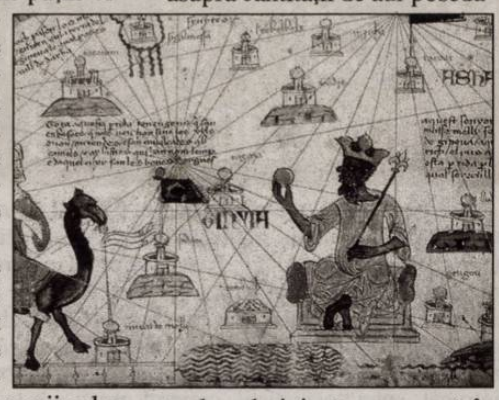
La ora adevărului

Acest instantaneu fotografic a fost surprins în dimineaţa zilei de 22 iunie 1941, la ora 4:31 AM, într-o încăpere din Kremlin. Trezit din somn de vestea masivei invazii germane asupra URSS (Operaţiunea Barbarossa), Stalin priveşte îngândurat podeaua, cu nelipsita-i pipă în mâna stângă, incapabil să ia o decizie – starea sa de prostraţie va dura câteva zile şi va costa scump forţele sovietice, învinse pe toate fronturile. Fotografia a fost realizată de redactorul-şef al ziarului Komsomolskaya Pravda, care a primit ulterior ordin să o distrugă, dar a păstrat-o, riscându-şi viaţa, pentru a arăta posterităţii imaginea dictatorului sovietic surprins la ora adevărului.

Fabuloasele bogăţii ale lui Mansa Musa

Să ajungă în Topul Forbes al celor mai bogaţi oameni din lume pare să fie astăzi visul oricărui miliardar. Şi numai când auzim de oameni ca Warren Buffet, Bill Gates, Jeff Bezos sau Mark Zuckerberg ne imaginăm că nimeni nu a depăşit vreodată şi nici nu prea sunt mari şanse să depăşească bogăţia lor.

Dar cunoscătorii istoriei ştiu prea bine că mai sus menţionaţii domni par nişte bieţi sărăntoci în comparaţie cu un personaj real, care a trăit cu sute de ani în urmă, Mansa Musa. Pentru a înţelege despre ce vorbim, să analizăm puţin cifrele. Potrivit Forbes, la 30 iulie 2020, Bezos, proprietarul companiei Amazon, era cel mai bogat om din lume, cu o avere estimată la 180 de miliarde de dolari.



În spatele lui se afla Gates, cu 113 miliarde, iar Buffet avea „doar” 73 de miliarde. Împreună, valoarea netă a averii celor trei este de 366 miliarde de dolari. Ei bine, aflaţi că averea lui Mansa Musa, raportată la banii de azi, depăşea cu mult 400 de miliarde, aşa încât putem spune fără teama de a greşi că acesta a fost cel mai bogat om din istorie. Conducător al Regatului Mali între 1312 şi 1337, Musa a făcut din domeniul său cel mai bogat ţinut din Africa, graţie în special uriaşelor zăcăminte de aur şi sare pe care le exploata, dar şi fildeşului, vândut de negustorii săi în Africa, Asia şi Europa.

Musa a preluat tronul după ce tatăl lui a dispărut fără urmă într-o călătorie de explorare a Atlanticului şi s-a dovedit un administrator extrem de eficient, dar şi un mare patron al culturii – sub el oraşul Timbuktu a devenit cel mai faimos universitar islamic. Şi poate că nu am fi ştiut niciodată de existenţa acestui rege dacă el nu ar fi fost şi un musulman pios. Aşa se face că în 1342, Musa a pornit în tradiţionalul „hagialâc”, pelerinajul spre Mecca pe care orice musulman trebuie să-l facă măcar o dată în viaţă, iar călătoria lui a fost consemnată de cronici.

Aflăm astfel că el a pornit din Mali în fruntea unei caravane cum lumea nu mai văzuse: zeci de mii de oameni şi sute de cămile, fiecare încărcată cu zeci de kilograme de aur curat. Pentru a vă face o idee asupra cantităţii de aur posedate de pelerini, să spunem că în timpul escalei în Egipt, când Musa a întâlnit sultanul acestei ţări la Cairo, însoţitorii săi au cheltuit sau au dăruit cu atâta nonşalanţă aurul pe care-l aveau cu ei încât valoarea metalului preţios a scăzut aici pentru următorii 12 ani!

De asemenea, ajuns la Meca şi Medina a destabilizat cursul aurului şi, generos până peste măsură, s-a oferit să... cumpere aurul dăruit, pentru a salva puterea monedei locale. Moartea bogatului conducător este învăluită în mister: unii istorici susţin că ar fi abdicat în favoarea fiilor săi imediat după revenirea de la Mecca, alţii că ar mai fi domnit câţiva ani. Cert este că dispariţia lui a marcat şi sfârşitul prosperităţii regatului Mali, care s-a destrămat la scurt timp după aceea.

Astăzi în istorie

20 august 14 e.n.

A murit Agrippa Postumus

Unul dintre cele mai enigmatice personaje ale Romei Antice, a cărui moarte a făcut din el un mister şi mai adânc a fost Marcus Agrippa Postumus. Fiul cel mai mic al celui mai bun prieten al lui Octavian Augustus, Marcus Vipsanius Agrippa, şi al fiicei împăratului, Iulia, Agrippa s-a născut în iulie anul 12 î.e.n., la câteva luni după moartea tatălui său.

După moartea neaşteptată a fraţilor săi mai mari, Lucius şi Gaius, el a fost adoptat de Augustus şi proclamat Caesar, deci moştenitor prezumtiv, dar, în anul 6 e.n. a fost alungat din Roma, din cauza „firii sale sălbatice” (ferocia), cum scriu autorii antici – ceea ce pentru un individ care era unchiul lui Caligula şi bunicul lui Nero chiar nu e ceva greu de crezut.

Decizia lui Augustus a lăsat calea deschisă la tron lui Tiberius, noul său fiu adoptiv. Se pare însă că nu doar agresivitatea lui l-a determinat pe împărat să renunţe la alegerea sa, ci şi delăsarea: Agrippa nu părea interesat de nimic altceva decât de distracţii şi de marea lui pasiune, pescuitul.

În anul următor, Augustus a cerut Senatului să voteze exilarea permanentă a lui Agrippa pe insula Planasia (astăzi Pianosa) din Marea Tireniană şi, pentru a fi sigur că exilatul nu se va întoarce, a instalat acolo o garnizoană înarmată. Această decizie a fost influenţată, sugerează istoricul Tacit, de intrigile ţesute de Livia, ultima soţie a lui Augustus, dornică să-l promoveze pe fiul ei, Tiberius, la tron.

Dar, când toată lumea se aştepta ca succesiunea la tron să se petreacă lin, Augustus a părăsit Roma în vara anului 14 e.n., însoţit de bunul său prieten, Paullus Fabius Maximus, cu destinaţia... Planasia. Nu ştim ce au discutat cei doi cu exilatul Agrippa, nu ştim ce decizie a luat Augustus, pentru că pe drumul de întoarcere ambii au murit subit – s-a vorbit din nou că ar fi fost otrăviţi de Livia, convinsă că împăratul se răzgândise iar în privinţa lui Agrippa.

Cert este că, la puţin timp după ce Tiberius a devenit noul princeps, garda care-l păzea pe exilatul de la Planasia, condusă de centurionul Sallustius Crispus (nepotul istoricului Sallust) l-a ucis pe Agrippa, evitând, spun autorii clasici şi moderni, un nou război civil la Roma.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Rochia de plajă

Foarte practică pentru zilele petrecute la mare, rochia de plajă are o multitudine de variante: lungă, scurtă, imprimeu viu colorat, despicată lateral, butonată, „parte peste parte". Ca de obicei, ar trebui să alegeți varianta care ține cont de conformația dumneavoastră. Dacă sunteți înaltă, pariați pe o rochie lungă. Dacă sunteți minionă alegeți versiuni midi sau mini, care permit piciorului să dea impresia că ar fi mai alungit. La fel de potrivite sunt rochiile vaporoase sau kimono.

În privința culorilor, în această vară sunt în vogă galben-muștar, vișiniu sau albastru.

Pentru un look romantic și pentru a vă proteja de efectul nociv al soarelui nu uitați de tradiționala pălărie cu boruri ample.

Lecții de nutriție

7 alimente pe care este posibil să le consumați greșit

Pe lângă „ce", atunci când vorbim despre nutriție îl luăm în considerare și pe „cum". Este cât se poate de adevărat: fără alegeri inteligente, nu putem construi un stil de viață sănătos. Dar lucrurile sunt mult mai complexe, spune dr. nutriționist Laura Ene.

Cum mâncăm este la fel de important ca ceea ce mâncăm, pentru că miza este să ne bucurăm la maxim de calitățile nutriționale ale alimentelor. Degeaba sunt pe lista alimentelor recomandate, dacă nu respectăm niște obiceiuri de consum care să le pună în valoare.

1 Cartofii. Se numără printre cele mai controversate alimente atunci când vorbim despre diete de slăbit. Nu vă pot învinovăți dacă vă fuge gândul pe loc la cartofii prăjiți, pentru că și mie îmi place gustul lor. Îi asociem cu copilăria, cu mesele în familie, cu confortul întâlnirii cu cei dragi. Tocmai de aceea, vă sfătuiesc să savurați numai la ocazii speciale, din cauza efectelor nocive asupra sănătății.

În schimb vă puteți bucura de cartofii fierți și răciți. Aceștia au capacitatea de a scădea riscul de obezitate, cancer de colon sau diabet. Consumați-i, așadar, sub formă de salată, împreună cu alte legume verzi, ceapă proaspătă și măsline.

2 Pastele. Ca și cartofii, sunt un subiect sensibil pentru persoanele care vor să renunțe la excesul de greutate. Dar, servite mai rar și în modul potrivit, pot fi integrate fără probleme în meniu. Recomand o atenție specială la timpul de fierbere. Nu întâmplător, italienii preferă varianta „al dente". Tendința noastră este să le fierbem până se înmoaie de tot, devenind aproape gelatinoase. Însă este o greșeală, pentru că astfel capătă un indice glicemic mai ridicat, iar organismul absoarbe mai rapid carbohidrații din componența lor. Încercați să luați pastele de pe foc chiar cu un minut înainte de timpul minim de fierbere indicat pe ambalaj. În combinație cu legume și pește, gustul crocant va fi cu siguranță apreciat de întreaga familie.

3 Ouăle. Au un număr redus de calorii în raport cu conținutul bogat de proteine de cea mai bună calitate, aminoacizi esențiali și vitamina D. Din nou, provocarea apare atunci când discutăm despre modul de preparare. Prin prăjire în ulei, nu facem altceva decât să descalificăm acest aliment de pe poziția sa privilegiată pentru sănătate. Fierberea și poșarea (fierberea oului fără coajă) reprezintă cele mai recomandate modalități de gătire a ouălor. Nu uitați să adăugați și o mână de spanac fiert, pentru o combinație delicioasă.

4 Carnea roșie. Nu trebuie exclusă din meniu, ci merită apreciată ca o sursă excelentă de proteine, acizi grași omega-3, vitamina B12, zinc și fier. Problemele apar atunci când friptura pe care o servim este împânată cu grăsime. Sfatul meu este să feliați subțire carnea și să înlăturați toate fâșiile de grăsime care sunt vizibile înainte de gătit. Mâncați apoi această delicatesă în combinație cu cea mai bună „prietenă" a ei, salata.

5 Roșiile. Conțin o superputere în reducerea riscului de dezvoltare a cancerului, a bolilor de inimă sau a accidentelor vasculare. Se numește licopen și este un antioxidant puternic. V-ați aștepta ca acum, pentru că e vară, să vă amintesc de tradiționala gustare românească formată din brânză, roșii și ceapă verde. Iată că de data aceasta, de dragul licopenului, vă voi sfătui să consumați cu încredere sos de roșii, care pune mai bine în valoare acest atu minunat.

Poate fi preparat rapid din roșii decojite la conservă sau din roșii proaspete. Merge de minune cu pastele „al dente" sau cu orice tip de legume fierte puțin la abur. Un strop de ulei de măsline nu numai că vă va purta automat într-o fantezie culinară siciliană, ci va impulsiona și absorbția acestui fitonutrient.

6 Varza. Este foarte gustoasă în combinație cu cârnații de casă, dar nu reprezintă o variantă de încredere pentru dieta dumneavoastră. Ce spuneți de varza murată însă? Adăugați condimente pentru un plus de aromă și consumați-o ca garnitură alături de carne slabă. Alimentele fermentate conțin probiotice naturale. Acestea hrănesc bacteriile binefăcătoare din intestinul nostru și ajută la lupta împotriva bolilor cardiovasculare, a cancerului și a diabetului.

7 Broccoli. Este nelipsit de pe lista pe care o întocmesc nutriționiștii cu legumele-vedetă. Poate nu v-a cucerit gustul, dar ați încercat cu siguranță să îl integrați în meniu. Însă, s-ar putea să fi făcut asta într-un mod eronat. O multitudine de rețete vă învață să consumați broccoli fiert, în supele-cremă sau pregătit la cuptor. Însă astfel scad nivelurile de vitamina C, de proteine și alți nutrienți. În cazul acestei legume, cu cât este mai scurt timpul de gătire termică, cu atât se conservă mai bine substanțele nutritive.

E bine de știut

Fructele și diabetul

Despre valoarea fructelor s-au scris și se scriu mii de pagini, rezultat al cercetărilor întreprinse. Se apreciază că ele sunt componente principale ale unei diete echilibrate, sănătoase, datorită conținutului bogat în nutrienți și antioxidanți. Multe fructe sunt bogate și în fibre, elemente esențiale pentru o bună digestie și pentru menținerea unui nivel al zahărului din sânge la o cotă stabilă. E bine de știut că fructele au efecte diferite asupra nivelului de zahăr din sânge, acest efect fiind măsurat prin indicele glicemic.

Fructele care sunt absorbite repede de organism și eliberează rapid o cantitate de energie trec în categoria alimentelor cu indice glicemic mare, iar cele care sunt digerate mai încet și eliberează energia treptat fac parte din alimentele cu indice glicemic scăzut. Cum persoanele care suferă de diabet trebuie să-și regleze nivelul zahărului din sânge permanent, e important să știe ce indici glicemici au fructele consumate.

Cele mai sigure alegeri sunt fructele cu indice glicemic scăzut: merele, portocalele, fructele de pădure, kiwi, grepfrut. Fructele foarte dulci, strugurii, perele, bananele, ananasul, pepenele roșu și galben se vor consuma doar ocazional și în cantități moderate.

Pentru a evita o creștere bruscă a nivelului de zahăr în sânge fructele pot fi consumate după efectuarea exercițiilor fizice, atât de necesare diabeticilor.

Dr. ANDY ANDREI

Gastronomice

Cartofi umpluți cu brânză

6 cartofi, 150 g brânză de vacă, 2 ouă, sare, piper, mărar, smântână.

Se spală cartofii și se fierb pe jumătate. Se curăță, se taie în două și se scobesc. Se face o umplutură dintr-o felie groasă de pâine înmuiată în lapte și stoarsă, brânza de vacă, ouă, sare, piper și mărar tocat. Se umplu jumătățile de cartofi, se presară deasupra brânza rasă și se așază într-o tavă unsă cu unt. Se țin în cuptor până se rumenesc și înainte de a-i servi, se pun deasupra câteva linguri de smântână.

Supă de salată

3 litri apă, 6 salate, o ceapă, o căpățână usturoi, o lingură ulei, 50 g slănină, 2 ouă, sare.

Se pune apa la foc și când dă în clocot, se adaugă sare, o ceapă, câțiva căței de usturoi, toate tocate, și câteva salate tăiate bucăți. Separat se prăjesc în ulei slănina tăiată cuburi și câțiva căței de usturoi tocat. Când încep să se rumenească, se pun în supă. În tigaia în care s-a prăjit slănina, se face o omletă obișnuită din două ouă, se taie în cuburi și se pune în supă înainte de a fi servită la masă. După dorință se poate adăuga puțin oțet.

Șalău cu ciuperci

1 kg șalău, 2-3 cepe, 500 g ciuperci, smântână, parmezan ras, pătrunjel verde, 1 pahar vin alb, sare, piper, ulei.

Șalăul se curăță și se taie bucăți. Ciupercile se spală bine. Ceapa se taie mărunt și se pune cu uleiul și ciupercile tăiate felii să fiarbă înăbușit, până scade sosul. Se pun bucățile de pește, sare, piper, pătrunjel verde tocat, un pahar cu vin alb și se dă la cuptor până se rumenește. Se servește cu felii de lămâie. Se adăugă 1/2 pahar cu smântână și parmezan.

Fursecuri cu iaurt

1 pahar iaurt, 2 linguri ulei, o lingură zahăr, vanilie, o linguriță bicarbonat, sare, făină.

Se bate iaurtul cu ulei și zahăr până se face ca o cremă. Se adaugă bicarbonatul, sare, vanilie și făină cât este necesar pentru a frământa un aluat potrivit de moale. Se întinde pe masa de aluat presărată cu făină o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme rotunde, se așază pe tavă și se coc la foc potrivit.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-urile între Forţele Aeriene şi Marină

Pe 23 martie 2020, Tyler Rogoway publica, în* The War Zone, *aparţinând companiei Time Inc's, un articol intitulat „Iată la ce nu răspunde Pentagonul, privitor la Forţele Aeriene şi recentele întâlniri OZN", cu subtitlul „Forţele Aeriene au încercat să răspundă la întrebările noastre, dar oficialul DoD (Departamentul Apărării al SUA) responsabil cu anchetele OZN nu a împărtăşit concluziile lor şi de fapt nimic".

Articolul, din care voi rezuma principalele idei, abordează un subiect sensibil – de peste 70 de ani, problematica OZN a fost examinată, pe faţă sau în secret şi într-un context presărat cu dezinformări, de *US Air Force* (USAF), ramură a armatei americane. Dezvăluirile din ultimii trei ani au adus însă în prim-plan întâlnirile dramatice OZN ale aviatorilor militari dintr-o altă ramură: *US Navy* (USN). În timp ce mărturiile, dovezile, şi chiar recunoaşterile Pentagonului privind aceste întâlniri se înmulţeau, Forţele Aeriene au păstrat o tăcere suspectă asupra subiectului.

Sarcina de a menţine suveranitatea asupra spaţiului aerian al Americii aparţine, în primul rând, Forţelor Aeriene ale SUA. Dacă sunt detectate sau văzute aeronave ciudate şi neidentificate, Forţele Aeriene, nu restul armatei, au misiunea de a răspunde şi de a investiga. Având în vedere acest lucru – scrie Rogoway – pe 19 septembrie 2019, el a adresat Forţelor Aeriene o serie de întrebări foarte clare cu privire la capacitatea ramurii militare de a-şi executa misiunea de apărare aeriană. El a întrebat, în esenţă, următoarele:

- Dacă piloţii Forţelor Aeriene au întâlnit vreun fenomen inexplicabil, similar cu cele raportate de *US Navy*, pe radar, electro-optic sau vizual? Dacă da, care este frecvenţa generală şi amploarea acestor evenimente?
- Piloţii *US Navy* din baza Oceana au avut întâlniri constante cu aceste obiecte în 2014-2015, în special pe radar. Ele au fost atât de grave încât la începutul anului 2015 s-au distribuit avertizări către aviatori în zona Virginia. Întrebarea era în ce măsură avioanele Air Force, cu echipamente superioare, au experimentat şi ele astfel de fenomene.
- Marina şi-a schimbat practicile şi procedurile de raportare pentru întâlnirile cu obiecte zburătoare neexplicate, mai ales din cauza creşterii masive a incidentelor în ultimii ani. Forţele aeriene au procedat cumva la fel? Dacă nu, de ce?
- Forţele Aeriene văd oare acest fenomen ca o ameninţare la adresa securităţii naţionale? Ce fac pentru a o atenua, sau a o înţelege mai bine?
- Cum a perceput USAF şi braţul său NORAD să gestioneze acele incidente din 2014-2015 despre care Marina spune că au apărut constant, luni de zile?

Oamenii de la biroul de presă din sediul Forţelor Aeriene nu au fost deloc surprinşi de aceste întrebări şi păreau doritori să dea un răspuns.

Rogoway sublinia încă o dată, în articol, că Forţele Aeriene au misiunea de a asigura suveranitatea aeriană şi trebuie, la un interval de minute să intercepteze şi să investigheze orice aeronavă necunoscută (deci inclusiv cele numite în mod tradiţional OZN-uri) care zboară în sau în apropierea spaţiului aerian al naţiunii. Unităţile Forţelor Aeriene care îndeplinesc misiunea de apărare aeriană sunt răspândite în toată ţara, dar cele echipate la cel mai înalt nivel sunt localizate în perimetrul maritim continental al Statelor Unite, ca şi în Alaska şi Hawaii. Există şi unele unităţi care supraveghează regiunea Capitalei. Dacă asupra instalaţiilor de care răspund s-ar constata o incursiune aeriană, indiferent dacă ar fi drone sau ceva mult mai fantastic, atunci Forţele Aeriene ar trebui să se implice direct în investigarea şi atenuarea acestor potenţiale ameninţări.

Începutul relaţiilor lui Rogoway cu Forţele Aeriene a fost promiţător. Investigatorului i s-a transmis că întrebările au fost înaintate biroului de afaceri publice al Secretarului Apărării (OSD), de cererea sa urmând să se ocupe ofiţerul de afaceri publice, Susan Gough. CV-ul ei este impresionant şi la ora actuală ea deţine întregul portofoliu media/afaceri publice privind fenomenul OZN în cadrul DoD.

Aşadar, Rogoway i-a scris şi a sunat-o pe Susan Gough, repetate ori, luni de zile, după ce întrebările i-au fost transmise. Nu a primit niciun răspuns, nici o promisiune, nici măcar un „nu putem comenta în acest moment".

Rogoway colaborase cu Departamentul Apărării, în cele mai bune condiţii, de-a lungul mai multor ani. Nu a avut niciodată o relaţie negativă cu un vreun ofiţer de relaţii publice militare din SUA, chiar şi pe subiecte care erau departe de a fi pozitive pentru Departamentul Apărării. În general, au lucrat excelent, au înţeles cererile şi le-au prelucrat cu profesionalism deplin şi în timp util. De data aceasta era însă altfel.

Abia când a trimis o scrisoare foarte sinceră, pe 5 decembrie 2019, a primit un răspuns de la doamna Gough, cu scuze şi explicaţii de tipul: „se pare că e-mailurile dvs. au fost trimise într-un folder de junk/spam în loc de inbox... Nu a fost intenţionat, vă asigur... am fost plecată de la birou de mai multe ori din motive de sănătate în ultimele câteva luni... Oricum, mă voi uita la întrebările Dvs. în această dimineaţă şi mă voi întoarce, imediat ce voi putea, cu răspunsuri".

Rogoway s-a bucurat că va lucra, în sfârşit, cu doamna Gough. La întrebarea dacă ar putea avea un răspuns până la sfârşitul săptămânii viitoare, ea a răspuns pozitiv. Până la 2 ianuarie 2020, i-a mai trimis o scrisoare, rămasă tot fără răspuns. Abia după o altă scrisoare, iritată, ea a răspuns spunând: „Îmi pare rău Tyler, am lipsit mult şi am revenit abia astăzi. Permiteţi-mi să-i atenţionez pe cei care îmi datorează informaţiile şi să văd dacă acum le au". Deci, în mod clar, avea nişte informaţii de împărtăşit. După acest mesaj, Susan Gough a dispărut încă o dată, de data asta definitiv, până în momentul redactării articolului.

Între timp, John Greenwald, depozitarul civil al celei mai mari arhive de documente desecretizate în baza legii pentru libertatea informaţiilor (FOIA), a solicitat Pentagonului eliberarea nu doar a întrebărilor lui Rogoway ci şi a corespondenţei interne DoD cu privire la această cerere. Când le-a primit, el i le-a transmis şi lui Rogoway, cu care era în bune relaţii. Erau nişte e-mailuri interne ale Forţelor Aeriene, în care apăreau întrebările puse de el, ca şi unele răspunsuri. Conform acestora Air Force n-ar fi întâlnit OZN-uri...

Flotile fantomă

Situaţia este bizară. După ce personalul propriu al Pentagonului a declarat că aeronave neidentificate au produs intruziuni constante în spaţiul aerian sensibil, acum nu erau dispuşi să răspundă nici măcar la întrebările legate de rolul Forţelor Aeriene în acele evenimente, serviciul responsabil de apărarea acelui spaţiu aerian.

Aşadar, piloţii Forţelor Aeriene spuneau că ignorau aeronavele care zburaseră pe coasta de est, de ce? În niciun caz din cauza tehnologiei, care la *Air Force* era chiar mai avansată decât la Marină. Rogoway avansează ca o posibilă explicaţie a observaţiilor de pe coasta de est apariţia unor tehnologii militare noi, între care el evocă programul secret şi revoluţionar al Marinei, numit NEMESIS, care a fost realizat în ultimii cinci ani şi ar putea deveni operaţional în curând. El presupune mai multe tipuri de vehicule fără pilot, sisteme de bord şi submarine, având capacitatea de a proiecta flote fantomă de aeronave, nave şi submarine, care să apară perfect pe sistemele de senzori ale inamicului, disparate şi separate geografic, situate atât deasupra cât şi sub suprafaţa oceanului. Războiul de drone devine una dintre cele mai importante probleme de securitate ale vremii noastre. Este o ameninţare care s-a manifestat recent în moduri spectaculoase. Deci – spune Rogoway – întrebările sale sunt la fel de relevante pentru nucleul securităţii naţionale americane, ca şi pentru a afla pur şi simplu noi detalii despre misterioasele obiecte zburătoare care, în ultimii ani, par să se fi ridicat pe noi culmi în conştiinţa publicului.

Dar discrepanţa dintre USAF şi USN a relevat şi circumstanţe mai ciudate. Între altele, un alt şir scurt de e-mail-uri obţinute prin FOIA pare să arate că Forţele Aeriene nu au urmat mişcarea Marinei de a-şi schimba politica în ceea ce priveşte modul în care personalul său raportează întâlnirile cu aeronavele neidentificate.

Rogoway deplângea modul în care Pentagonul a evitat să răspundă la întrebările sale, fie şi printr-un „nu putem comenta pentru moment". La urma urmei – mai spune el – este în interesul publicului să ştie cum tratează Departamentul Apărării *mass-media* într-o problemă la perpetuarea căreia a contribuit el însuşi, adăugând că „a numi situaţia doar ca dezamăgitoare şi bizară ar fi o subestimare uriaşă".

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Ştim că nu vrem să ştim

Faimoasa butadă „Ştiu că nu ştiu nimic" a avut o replică neoficială mult mai penetrantă, dar şi extrem de tragică, în cazul crimelor în serie de pe autostrada A6. În plus, un amănunt cutremurător şi care efectiv a generat disperare totală în rândurile multor locuitori din zona sinistră, nu doar în familiile tinerelor masacrate, l-a constituit faptul că ideea de incertitudine venea chiar din sânul echipelor de investigatori şi al sistemului judiciar.

Sosia cântăreţului

Numele lui este Michel Furniret şi şi-a asumat uciderea tinerei Isabelle Laville. Să nu uităm însă că au existat şi indivizi care, dorind să apară pe prima pagină a ziarelor, au declarat cu un entuziasm absolut patologic că ar fi comis cel puţin una dintre odioasele asasinate de pe A6. Acest „vedetism" sinistru şi deci inteligibil din perspectivă medicală e oarecum obişnuit. Însă absolut halucinant în cazul A6 este un amănunt ce ţine chiar de unele aspecte ale legii.

Am relatat săptămâna trecută despre uciderea adolescentei de 16 ani Christine Maillery, în oraşul Creusot, în decembrie 1986. Ei bine, după numai patru ani de cercetări infructuoase, pe 19 februarie 1990, judecătorul de instrucţie a închis dosarul respectiv şi, şase luni mai târziu, tribunalul din Chalon-sur-Saône a distrus (!) probe materiale vitale: hainele victimei, bijuteriile acesteia, cuţitul găsit la 200 metri de locul asasinatului şi toate probele biologice.

Nu puteau fi totuşi distruse mărturiile unor persoane. Poştaşul care a descoperit cadavrul fetei a văzut fugind din zonă un individ de circa 20 de ani, nu prea corpolent, dar având circa 1,80 m înălţime, părul mai degrabă blond şi îmbrăcat în blugi. „Semăna cu cântăreţul Renaud", declara atunci poştaşul.

O situaţie „complet dementă"!

Semăna cu Renaud şi individul văzut în Montceaules-Mines, la numai 15 kilometri depărtare de Creusot, la doi paşi de locul unde a fost ucisă în acelaşi mod Carole Soltysiak, însă în ziua de 17 noiembrie 1990.

O distanţă în timp de aproape patru ani. Totuşi, abia în 2003, procurorul Republicii din Chalon-sur-Saône a încredinţat poliţiei judiciare redeschiderea dosarelor. Trecuseră deja 18 ani de la prima faptă! Oricum, suspectul principal – aşa-numita sosie a cântăreţului – a fost pus în libertate, „din lipsa probelor suficiente". În schimb, alţi doi indivizi, împreună cu care acesta mergea deseori să bea, au fost aduşi din nou la audieri.

Alain L. şi François I. au recunoscut totul, inclusiv violul şi tentativa de a arde cadavrul Carolei. Aveau însă un atu în mânecă, imbatabil: în termeni medicali – „patologie psihotică de tip schizofrenic cronică, impunând măsuri de tratament psihiatric pe termen lung, alternate cu perioade de spitalizare şi supraveghere ambulatorie".

Este inutil să mai detaliem motivele oficiale pentru care Curtea de apel din Dijon a ordonat punerea în libertate şi a acestor dezaxaţi criminali. Ulterior, Bettina Soltysiak, mama victimei, a fost „interpelată" de cei doi chiar la domiciliul ei. O situaţie „complet dementă", cum s-a exprimat un magistrat din regiune, un pericol public imens reprezentat de asasinii lăsaţi liberi, dar o situaţie de care nu păreau să se sinchisească intangibilii făcători de dreptate pământească.

* * *

Lucrurile nu s-au oprit aici cu privire la bizarul simulacru prelungit de anchetă. Ca un cumplit coşmar ce se repetă noapte de noapte, a fost „găsit" rapid alt suspect cu complici susceptibili de a fi tăinuit participarea lor la abominabilele fapte. Şi, conform unui „film" horror reluat la nesfârşit, s-au reînnoit copertele dosarului.

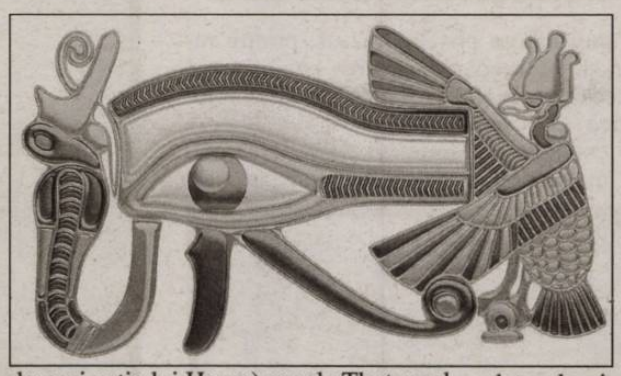
Aceleaşi victime în serie, cu alţi suspecţi, care aveau pentru sistemul judiciar o valoare incomparabil mai ridicată, în comparaţie cu tinerele masacrate. Evident, lacrimile de durere ale familiilor distruse de sistem nici nu au mai contat.

Oricum, sărmanele victime nu mai puteau vorbi, iar părinţii lor fuseseră scoşi în afara societăţii umane normale. Aşa au rămas lucrurile până în ziua de azi, când pedofilii şi criminalii şi alţi ticăloşi se bucură liniştiţi de clemenţa incredibilă dovedită de mulţi magistraţi care „apără" populaţia de infractori...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Simbolistica ochiului

Hieroglifele egiptene nu reprezintă doar un mod de scriere particular şi unic, ci înglobează mult mai numeroase virtuţi. Practic, fiecare linie, fiecare curbă a unui desen cunoscut ca fiind simbolul unei sau unor noţiuni poartă simboluri ascunse, de obicei ca un gen de cod pentru mesaje foarte subtile. Am ales pentru prezentarea de faţă unul dintre cele mai fascinante simboluri hieroglifice – aşa-numitul „Ochi al lui Horus".



Trădare şi moarte

Denumit şi Oudjat, acest simbol se spune că oferă protecţie, sănătate şi reîntinerire. Originea sa se află însă în mitul lui Seth şi Osiris. Vechii egipteni îl considerau pe Osiris regele Egiptului, dar tronul său era râvnit şi de Seth, fratele său. Printr-un vicleşug, acesta l-a ucis şi i-a luat locul.

Isis, soţia lui Osiris, i-a adunat toate părţile corpului şi, prin magie, l-a readus temporar la viaţă şi a rămas însărcinată, născându-l pe Horus. Osiris a devenit apoi zeul Infernului, iar Isis şi-a crescut singură fiul. Devenit adult, acesta a dorit să răzbune uciderea tatălui său şi, după mai multe bătălii, l-a învins pe Seth.

În timpul luptelor şi-a pierdut un ochi – într-o versiune fiindu-i scos de unchiul său, rupt în şase bucăţi şi aruncat. În altă versiune, Horus şi-a scos singur ochiul, ca sacrificiu pentru a-l aduce înapoi pe Osiris, din lumea morţilor. Oricum, urmarea ar fi fost „restaurarea" prin magie a ochiului de către Hathor (considerată deseori soţia lui Horus) sau de Thot, zeul înţelepciunii.

Ochiul care gândeşte

Vechii egipteni credeau că ochiul lui Horus avea proprietăţi vindecătoare. Amuletele acestui simbol erau făcute din aur, lapis-lazuli, cornalină şi se foloseau ca bijuterii pentru vii, dar şi pentru morţi. Altceva însă atrage atenţia în mod special.

Ochiul lui Horus reprezintă şi un exemplu de cunoaştere matematică oarecum specifică Egiptului antic. Mitul prezentat mai sus arată că acest ochi ar fi fost rupt în şase bucăţi. În mod practic, fiecăreia dintre acestea i s-a atribuit o fracţie sub forma unei unităţi de măsură.

Astfel: partea dreaptă a ochiului este 1/2, pupila – 1/4, sprânceana – 1/8, partea stângă a ochiului – 1/16, „coada" ochiului curbă – 1/32 şi lacrima – 1/64. Aceste fracţii totalizează 63/64 şi se spune că partea care lipseşte reprezintă fie puterile magice ale lui Thot, fie transmite ideea că nimic nu este perfect.

În ortografia hieroglifică egipteană din Antichitate, părţile izolate ale simbolului „Ochiul lui Horus" erau utilizate pentru scrierea diverselor fracţii. În acelaşi timp, fiecare dintre părţile sus-menţionate corespunde unui simţ: partea dreaptă – mirosului; pupila – văzului; sprânceana – gândirii; partea stângă a ochiului – auzul. „Coada" curbată, care seamănă cu germenul unui spic de grâu, simbolizează gustul, iar lacrima reprezintă simţul atingerii sau pipăitul, contactul fizic.

Deloc întâmplător, imaginea-simbol „Ochiul lui Horus" este utilizată şi astăzi, în mod substanţial. În ţările mediteraneene, de exemplu, pescarii îşi decorau deseori ambarcaţiunea cu acest desen, pentru a se proteja de gândurile ascunse venite din exterior? Mai concret, ocultiştii şi adepţii teoriilor conspiraţioniste consideră „ochiul" un semn protector, dar totodată un însemn al puterii, al cunoaşterii şi al iluziei. De ce, oare, pe o binecunoscută bancnotă americană unde apar simboluri masonice, se află desenată o piramidă egipteană antică, având în vârf un ochi larg deschis?...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Palatul Marincu

Dacă anul acesta v-aţi hotărât să vă petreceţi concediul într-un loc mai puţin aglomerat, dar cu un farmec aparte, conferit în special de maiestuoasa Dunăre, treceţi neapărat pe lista de obiective turistice oraşul Calafat. Iar într-o pauză de pescuit sau de admirat frumuseţea măreţului fluviu, încercaţi să vizitaţi Palatul Marincu.

Acesta adăposteşte Muzeul de Artă şi Etnografie locală şi este el însuşi o adevărată bijuterie arhitectonică, datând de la începutul anilor 1900.

A fost construit de către Ştefan Marincu, în amintirea fiicei sale, Marioara Marincu, după planurile unor arhitecţi celebri ai vremii, în stil neo-clasicism francez, cu accente de baroc şi roccoco şi cu influenţe ale arhitecturii româneşti de la începutul secolului al XX-lea.

Clădirea deosebit de frumoasă ascunde o poveste tristă, a unei familii înstărite şi puternice din zonă, dar greu încercată de soartă. Ştefan Marincu, primar al oraşului Calafat în perioada 1911-1914 şi-a pierdut ambele fiice, la vârsta copilăriei, ele fiind răpuse de o boală care făcea ravagii în acea perioadă – TBC.

În memoria Mărioarei, cea de a doua fiică, a decis să ridice acest palat, pe care l-a lăsat după moarte moştenire oraşului Calafat. În cele 50 de camere ce se întind pe 8.300 de metri pătraţi a locuit celebra familie, s-au derulat petreceri fastuoase şi baluri unde se aduna toată protipendada vremii, dar a funcţionat şi în 1926 o şcoală de fete cu internat, tot la dorinţa lui Marincu.

De asemenea, edificiul a adăpostit o şcoală de meserii, unde tinerele învăţau să coasă, să ţească şi să brodeze, iar pe vremea comuniştilor a fost Sfat Popular şi Casă a Pionierilor. La începutul anilor 2000, clădirea a fost restaurată, iar astăzi este muzeu, cuprinzând lucrări de pictură, grafică, sculptură şi obiecte de artă populară. Accesul la muzeu este gratuit.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Dejani

Aflat în judeţul Braşov, la 16 kilometri de oraşul Făgăraş, satul Dejani s-a ridicat pe malurile râului cu acelaşi nume. Nu se cunosc începuturile aşezământului monahal de azi dar este atestat documentar înainte de 1700.

Mănăstirea, cu obşte de călugări, are hramurile „Acoperământul Maicii Domnului" pentru biserică şi „Schimbarea la Faţă" pentru paraclis. Este menţionată într-o „Conscripţie" din anul 1748, alături de alte 12 mănăstiri din districtul Făgăraşului.

În jurul anilor 1750 culmile munţilor erau presărate cu circa 37 de asemenea locaşuri, toate fiind distruse în 1761 de armata generalului austriac Bukoro. Călugării de la Dejani au fost martirizaţi, reuşind doar câţiva dintre ei să fugă peste munţi, la mănăstirile din Argeş. Până în 1990 n-a mai existat viaţă monahală în zonă dar descoperirea locului fostei mănăstiri a dus la reînfiinţarea sfântului locaş dintr-un superb peisaj montan, în Poiana Mănăstirii.

Un prim pas în acest sens a fost însemnarea locului respectiv cu o troiţă după ce poiana a fost curăţată de bălării. O bucurie nespusă pentru cei care începuseră lucrările a fost găsirea apei necesare vieţii. Preotul stareţ, plecat să caute un loc bun pentru săparea unei fântâni, a găsit un loc mai adâncit între brazi. Lovind cu cazmaua a dat de o lespede care închidea gura fostei fântâni cu apă potabilă.

În 1992 au venit călugări din Moldova de la mănăstirile Sihăstria şi Sihla care, alături de preoţii din zonă au reactivat viaţa monahală. Poiana a devenit un loc de pelerinaj şi cu ajutorul credincioşilor s-au construit câteva chilii şi un paraclis. Piatra de temelie a noii biserici de lemn a fost pusă în anul 1994. Constructorul a fost meşterul Petre Ciornei din Vatra Moldoviţei, care cu o echipă de 36 de lucrători a înălţat locaşul în 36 de zile. Este o construcţie spaţioasă în stil moldovenesc, în plan triconc, cu pridvor închis.

Înălţimea până în vârful turlei este de 19 metri. Pictura în frescă a fost realizată în 1998 de pictorul Dorel Beşleagă din Sibiu iar catapeteasma din lemn de stejar şi mobilierul au fost sculptate de meşteri din Vânători-Neamţ.

În biserică se află o icoană făcătoare de minuni a Maicii Domnului despre care se spune că a mijlocit multe vindecări. În incinta mănăstirii se intră printr-un monumental turn-clopotniţă iar complexul conţine, pe lângă frumoasa biserică de lemn, un paraclis de piatră şi cărămidă pentru programul liturgic de iarnă şi un complex de chilii în stil brâncovenesc.

De la vechea mănăstire, se păstrează, pe lângă fântâna redescoperită, un clopot şi o icoană de lemn a Sfântului Nicolae.

Biserica a fost sfinţită cu hramul „Acoperământul Maicii Domnului", chiar în ziua de prăznuire, la 1 octombrie 2000, de către Prea Sfinţitul Vicar Visarion Răşinăreanul, episcop vicar al Arhiepiscopiei Sibiului şi a devenit un important loc de reculegere şi pelerinaj.

IRINA STOICA

Visul zăpezilor de altădată

Fiecare artist plastic se întoarce, mai devreme sau mai târziu, în zilele şi nopţile copilăriei, în gândurile nerostite vreodată, în vise şi în dorinţe tăinuite sub lacătele tăcerii, dar slobozite ca nişte cai sălbatici pe câmpiile sublime ale imaginii şi culorilor. Pentru că acolo se află eternul loc de întâlnire dintre spirit şi spaţiul libertăţii depline, unde nimeni şi nimic nu poate să însemne hotar ori mormânt. Este mai mult decât amintire, este trăirea autentică a clipelor care cândva s-au ascuns de realitatea din fiinţa umană.

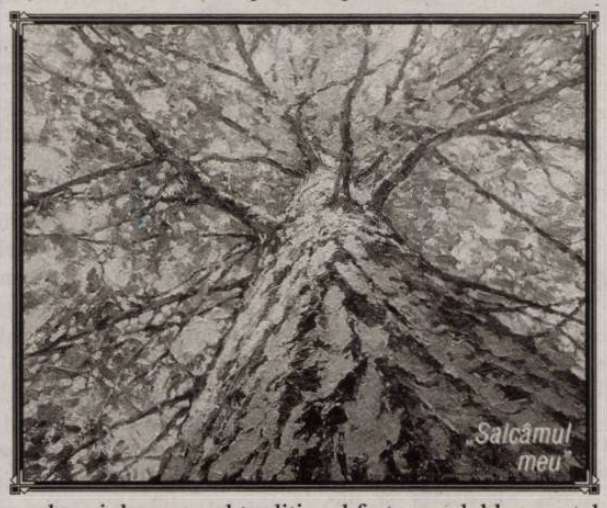
Tărâmul fantastic al eternelor reîntoarceri îl reprezintă, pentru pictorul şi graficianul teleormănean Marius Nistor, pădurile de câmpie ale zonei natale. Lumea reală şi lumea vibraţiilor sufletului se întrepătrund aici ca într-o feerie pe care artistul o capturează cu blândeţe, oferindu-i apoi bucuria de a zburda în voie pe pânza ce prinde o viaţă nebănuită.

Între nenumăratele picturi desprinse din acest univers, se poate surprinde în mod oarecum particular una anume. Pare mai degrabă simplă, însă ea concentrează la un nivel de densitate maximă atât puritatea naturii neîntinate de intervenţia nocivă a fiinţei umane, cât şi suflet, spirit, univers oniric şi iubire totală.

Un copac! În practicile zen, imaginea liniştii interioare depline, a desprinderii de materie şi de tensiuni, este reprezentată în următorul mod: un om aşezat

lângă tulpina unui arbore priveşte în sus, printre ramuri, către cer, simţind organic cernerea luminii către pământ. Este ceea ce realizează Marius Nistor în tabloul *My locust tree* („Salcâmul meu").

O sugestie explicită a proprietăţii deloc întâmplătoare. Fiindcă nu despre o... posesiune funciară este



vorba, ci despre acel tradiţional frate sau dublu vegetal al fiecărui individ uman, acea proiecţie afectivă şi spirituală de dincolo de timp, de care nu ne despărţim decât odată cu ultima bătaie de inimă.

Dintr-un ciclu pe care l-am putea numi – să spunem – „Chemarea pădurii", fac parte numeroase alte lucrări similare, ce relevă atracţia autorului către simfoniile cromatice ale fiecărui anotimp, cu nuanţele specifice, cu magia intrinsecă, dar şi cu trăirile umanizate ale peisajelor în sine: *Sunny winter day, Fall, O zi însorită, Blue Forest, On the edge of Vedea River, Toamnă în Pădurea Vedea, Sunny day, Noiembrie* şi multe altele.

Dacă puntea dintre teluric şi celest, dintre ochiul uman şi nemărginirea spaţiului este reprezentată la Marius Nistor de această subtilă şi fascinantă tematică – arborele Câmpiei Burnasului transfigurat în Arborele Cosmic –, un întreg imperiu coloristic şi figurativ se detaşează în alte câteva tulburătoare căi de cunoaştere prin ştiinţa privirii. Casele au suflete. Au însă şi o anume personalitate, o anume înţelepciune ancestrală, pe care plasticianul din Alexandria o marchează într-un mod mai degrabă neliniştitor. Bisericile pictate de acesta nu sunt monumente impozante, copleşitoare prin dimensiuni şi fast. Sunt, într-un fel, mici cuiburi de

tăcere şi pioşenie, care ascund în adâncuri nebănuite ale spaţiului lor taine şi tristeţi, nădejde şi supunere blândă sub puterea Luminii sacre.

Faimoasa mânăstire Voroneţ este desprinsă de pământesc, plutind în apele eternităţii în care culorile se amestecă în nuanţe incerte, însă halucinanta lucrare *Still standing* ne aduce aproape brutal în faţă simbolul profund al dăinuirii prin credinţă. Temelia clopotniţei unei biserici înghiţite de undele unui diluviu perfid, ce caută să năruie pe nesimţite zidurile străvechi, nu simbolizează altceva decât postura omului trecut prin încercări neîncheipuite, care ştie că se află pe un eşafod din ce în ce mai ameninţător, cu fiecare clipă, dar care mai ştie şi că va muri în picioare.

Pictura lui Marius Nistor e joc şi speranţă, filosofie cromatică şi liniştea de dincolo de timp. Universul floral, ca o simfonie a sublimului naturii, imaginile ireale ce colorează nopţile în nuanţele visului nepământesc, dar şi năruirea în propria lor tristeţe şi singurătate a caselor, a drumurilor de toamnă ploioasă, toate acestea ne aduc în prezenţa unui artist aproape ireal de complex şi de puternic, care nu reinventează imaginea, ci îşi aminteşte.

Zăpezile de altădată nu s-au dizolvat pe pânzele lui, ci sunt aici, la fel de pure, la fel de blânde, trezindu-ne iară şi iară în suflete nostalgii şi încrederea că tot ce are un început – nu, nu are şi un sfârşit, ci se prelungeşte în eternitate.

Mărturia fantomei

Un caz unic în istoria reală a proceselor judiciare a adus în centrul atenţiei publicului o străveche problematică, probabil imposibil de elucidat: relaţia dintre lumea noastră materială, concretă şi lumea „de dincolo", populată de entităţi numite în fel şi chip, dar a căror existenţă nu poate fi percepută prin simţurile umane obiective. Strania poveste a început în ziua de 23 ianuarie 1897, în cătunul Greenbrier din statul american Virginia Occidentală.

Zona Heaster Shue a fost găsită moartă în casă de Edward Stribbling, soţul ei. Acesta a fost atât de devastat, încât nu a permis apropierea nici măcar a medicului din localitate de trupul inert, pe care îl strângea în braţe cu disperare. Fără a examina cadavrul, doctorul a emis totuşi un diagnostic (neîntemeiat, de altfel), potrivit căruia sarcina femeii se aflase la originea morţii ei subite. Între timp, soţul şi-a dus mai departe comportamentul bizar. A îmbrăcat trupul Zonei într-o rochie cu guler înalt şi i-a pus în jurul gâtului un şal, pretextând că aceasta era ţinuta preferată a femeii. Toată lumea a pus atunci reacţiile şocante ale bărbatului pe seama unui logic dezechilibru declanşat de moartea soţiei. După numai o zi a avut loc şi înmormântarea.

Mary Jane, mama defunctei, nu-l agrease niciodată pe ginerele său, un sărăntoc intrat în familia lor aproape nepoftit, cu numai câteva luni mai înaintea tragediei. Ea a făcut şi descoperirea terifiantă ce avea să schimbe total datele problemei. A luat cearceaful pe care murise Zona şi, după ce l-a înmuiat în apă, a observat că aceasta se înroşeşte.

Imediat, s-a gândit că fiica ei fusese asasinată şi a implorat spiritul acesteia să-i confirme bănuiala. Timp de patru săptămâni, ea s-a rugat seară de seară, iar în prima noapte fără lună a primit răspuns: da, tânăra fusese strangulată, motiv pentru care Edward o îmbrăcase degrabă pe moartă în acel mod bizar. Femeia a mers la procurorul de caz şi, mărturisindu-i toate aceste amănunte, l-a rugat să aprobe exhumarea Zonei, pentru o autopsie care, de fapt, nu se efectuase. Odată primită aprobarea, analiza legistă

a relevat adevărul doar presupus de Mary Jane: fără niciun dubiu, pe gâtul moartei existau urme clare de strangulare.

Prin urmare, s-a deschis un proces în care soţul era acuzat de crimă. Bineînţeles, acesta a negat totul, mai ales ştiind bine că niciun martor nu avea cum să-i dovedească vinovăţia. Mai mult, avocatul său a început să denigreze familia defunctei, printr-un ciudat exces de zel, aducând în discuţie, ca pe un element ridicol, aşa-numita mărturie a fantomei.

În mod neaşteptat pentru acuzat, agresivitatea verbală a avocatului s-a întors împotriva lui. Juriul s-a arătat convins de pledoaria procurorului şi, asociind straniile amănunte cu trecutul sumbru al lui Edward – care mai avusese o soţie, de asemenea moartă în condiţii suspecte – l-a trimis în spatele gratiilor. Acesta s-a aflat chiar la un pas de pedeapsa capitală, dar a primit condamnarea pe viaţă. A murit însă după trei ani de închisoare, în urma unei epidemii de febră tifoidă.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...numele real al marelui scriitor francez Voltaire a fost*

Marie François Arouet? A trăit între 1694-1778.

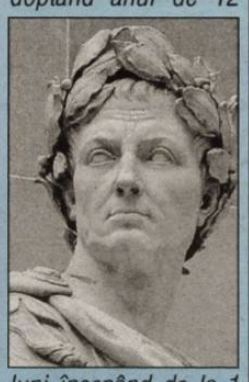
◆ *...denumirea de „carat", unitate de măsură pentru puritatea aurului şi greutatea pietrelor preţioase vine de la expresia latină „Ceratonia silicua"? Este numele unor roşcove ai căror sâmburi reprezentau greutăţile cu care se cântăreau pietrele preţioase.*

◆ *...primul domnitor din Moldova care a stabilit capitala la Iaşi a fost Ale-*

xandru Lăpuşneanu? A domnit între 1552-1561 şi 1564-1568.

◆ *...primul ac cu gămălie a fost confecţionat la începutul secolului al XIX-lea? Evenimentul s-a petrecut la Nürnberg, în Germania.*

◆ *...în anul 45 î.Hr., Iuliu Cezar a reformat calendarul adoptând anul de 12*



luni începând de la 1 ianuarie? Înainte Anul Nou cădea la romani la 1 martie.

Ştiaţi că...

STOCKHOLM – oraşul de pe ape

Capitală a ţării şi cel mai mare oraş din Suedia, Stockholm este atestat documentar din 1252 şi considerat o piaţă importantă în comerţul cu fier din minele de la Bergslagen.

Se spune că a fost fondat de nobilul Birger Jarl pentru a proteja Suedia de invazia maritimă a unor forţe străine şi pentru a împiedica jefuirea unor cetăţi ca Sigtuna.

Situat la intersecţia Lacului Mälaren cu Marea Baltică a fost iniţial o fortăreaţă care s-a extins astfel încât oraşul este construit pe 14 insule legate între ele prin poduri, canale şi şosele suspedate. Este plin de parcuri, pieţe şi bulevarde îmbinând în mod fericit tradiţia şi modernul, sediu al guvernului, al parlamentului şi reşedinţă a regelui, şeful statului.

Cu un trecut viking şi un peisaj cosmopolit „Oraşul de pe ape", „Veneţie a nordului" îţi oferă încursiuni în istorie sau plimbări de neuitat cu autobuzele amfibie.

Considerat una dintre cele mai frumoase capitale ale lumii te îmbie cu o mulţime de atracţii populare, unul dintre acestea fiind Muzeul Vasa, cel mai vizitat aşezământ de acest fel din Peninsula Scandinavă. Este un muzeu de marină care găzduieşte un exponat de o deosebită importanţă, o navă din secolul al XVII-lea.

Muzeul Skansen este cel mai mare muzeu în aer liber din lume expunând întreaga istorie a ţării reprezentând în miniatură ferme şi locuinţe din toate zonele Suediei, ateliere de tinichigerie, o brutărie, ateliere de sticlărie şi olărit, o biserică de lemn din secolul al XVIII-lea. Complexul conţine de asemenea o grădină zoologică în care se află exemplare din toate animalele specifice Scandinaviei: elani, urşi, râşi, lupi, pume şi foci, dar şi animale din alte colţuri ale lumii cum ar fi maimuţele.

Gamla Stan (Oraşul vechi numit şi „Oraşul dintre poduri") este centrul geografic al capitalei. Este o insulă care păstrează aspectul medieval cu prăvălii minunate. Partea de nord a acestei zone este ocupată de Palatul Regal. Construit în stilul barocului italian pe o suprafaţă dreptunghiulară, are 608 încăperi dar în prezent familia regală nu mai locuieşte aici ci în palatul Drottningholm, numit şi „Versailles-ul Nordului". Palatul Regal continuă să fie folosit pentru banchete şi întâlniri oficiale cu demnitari străini iar în perioadele de vară, în curtea exterioară, se adună o mulţime de oameni pentru a asista la schimbarea gărzii.

Primăria

În apropiere de Gamla, pe alte insuliţe sunt câteva obiective culturale principale şi clădiri ale administraţiei de stat precum sediul parlamentului şi Kiddarholmen, cea mai frumoasă biserică din oraş.

Un adevărat simbol al oraşului este Primăria cu înaltul ei turn de cărămidă roşie a cărei construcţie a început în anul 1911 după planurile arhitectului Ragnar Ostberg şi terminată în 12 ani. Primăria a fost iniţial în piaţa principală din Oraşul vechi, mutată în 1732 şi înălţată în cele din urmă pe locul unei mori cu aburi, distrusă de un incendiu în anul 1878.

În Muzeul de istorie există o expoziţie permanentă prezentând una dintre cele mai mari colecţii vikinge din lume, comori de aur şi argint, artefacte arheologice şi artă bisericească.

Remarcabil este de asemenea Muzeul Nobel adunând informaţii despre cel mai prestigios premiu din lume, despre laureaţii acestora şi vieţile lor.

Cimitirul Woodland este contrar aşteptărilor nu un loc sumbru ci unul care promovează poezia şi arta, construit în umbra unor pini şi evocând o filozofie nordică prin elogierea naturii, vieţii şi morţii.

Nu trebuie uitat Muzeul Abba, întins pe o suprafaţă de 1.000 de metri pătraţi şi ilustrând activitatea cunoscutei formaţii muzicale, dar nici muzeele de artă veche şi contemporană, Muzeul Nordic, Muzeul Municipal şi Catedrala oraşului, închinată Sfântului Nicolae.

Palatul Drottningholm

Simboluri ale umanităţii

Broasca ţestoasă

În mitologia greacă, broasca ţestoasă este atribuită zeului Hermes. Acesta s-a folosit de carapacea ei pentru a construi un instrument muzical numit ţiteră.

În antichitatea europeană era considerată simbolul fertilităţii datorită faptului că depune multe ouă. În acelaşi timp reprezenta iubirea castă dar mai ales longevitatea, fiind de multe ori asociată cu nemurirea.

În China simboliza nordul şi iarna iar în mitologia indiană se considera că lumea este susţinută de trompa unui elefant aşezat pe o carapace de broască ţestoasă.

În mitologia tibetană a fost aleasă de zeul creator pentru a aduce pământ de pe fundul Oceanului primordial, având noroc important în geneza lumii.

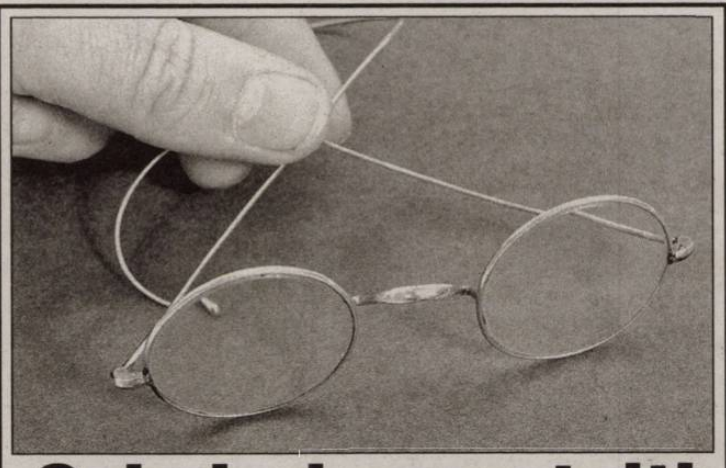
Statuia „Bucovina înaripată"

Cunoscută şi drept „Monumentul eroilor şi martirilor Bucovinei", statuia „Bucovina înaripată" este opera sculptorului Mircea Dăneasa, dezvelită în anul 2009 în Parcul Drapelelor din centrul municipiului Suceava.

Monumentul are 8,5 metri înălţime şi greutatea de circa 550 de kilograme şi a fost realizat din răşină polimerică fixată pe textură din fibră de sticlă, patinat în bronz nobil polizat. Este compus din două corpuri distincte, unite la mijloc, acestea reprezentând, după cum spune sculptorul „martirii din nordul şi sudul Bucovinei care dorm acum sub zăpezile din Siberia, necunoscuţi, neştiuţi şi cvasi-uitaţi".

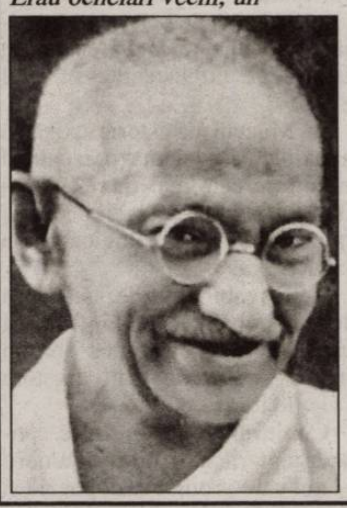
Statuia înfăţişează o siluetă înaripată, îmbinând simbolul crucii cu cel al zborului, sugerând credinţă, speranţă şi înălţare spre Cer.

Pagină realizată de
IRINA STOICA



Ochelari nepreţuiţi

La o casă de licitaţie din Bristol un bătrân în vârstă de 80 de ani a trimis o cutie simplă în care se afla o pereche de ochelari. Erau ochelari vechi, un model obişnuit acum un secol, cu rame aurite şi lentile perfect rotunde. În cutie exista şi un bilet din partea proprietarului: „Aceşti ochelari au aparţinut lui Gandhi şi mi-au fost dăruiţi de unchiul meu."



Media americană şi cea engleză au luat legătura cu bătrânul care a povestit că unchiul său a lucrat în anii 1920 în Africa de Sud ca reprezentant al lui British Petroleum.

Pentru serviciile aduse ţării sale, Gandhi i-a dăruit propria pereche de ochelari. Valoarea lor a fost evaluată acum, înainte de licitaţie la o sumă cuprinsă între 11.000 şi 16.000 de euro. (I.S.)

Decolteul buclucaş

Un element anatomic feminin cât se poate de natural, de nenumărate ori cântat de poeţi şi de-a dreptul fascinant, între limitele bunului simţ, poate deveni subiect aberant de controversă. Iar regretabilul exemplu în acest sens vine din una dintre cele mai civilizate ţări ale „bătrânului continent": Franţa.

Aici, o femeie venită împreună cu soacra să cumpere scutece pentru bebeluşul său dintr-un supermarket *Géant Casino* din districtul Var, a fost oprită să intre în magazin, din cauza... decolteului său, considerat „prea provocator". Atitudinea „justiţiară" a venit din partea agentului de securitate plasat la intrare care a declarat-o „prea dezbrăcată", în faţa a numeroşi clienţi.

„Eram îmbrăcată corect. Purtam o fustă de bumbac şi o bustieră cu o mică deschidere în mijloc, dar... M-au făcut să mă simt un nimic în faţa unor străini şi am încercat să mă apăr, însă nici nu au vrut să mă asculte" – a declarat tânăra, pe nume Marion, pentru ziarele locale. Abia după ce a reclamat abuzul conducerii supermarketului, responsabilii au încercat să muşamalizeze un scandal ce le era evident defavorabil.

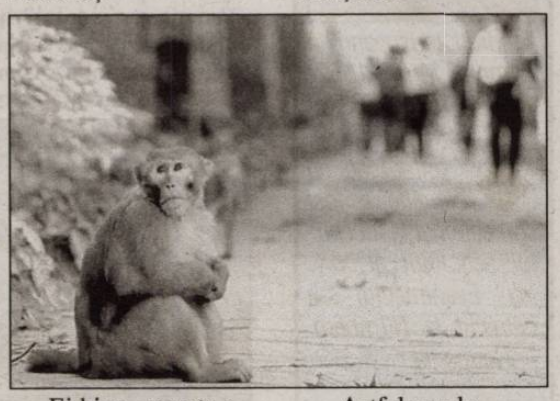
Conform unei binecunoscute tradiţii, şefii magazinului i-au propus femeii o „compensaţie" reprezentată de un bon de cumpărături consistent. Aceasta însă nu numai că a refuzat, ci a şi depus o plângere la comisariatul local. Penibilele scuze ulterioare din partea conducerii magazinului au avut apoi un efect şi mai penetrant, numeroase femei susţinând-o pe Marion prin postarea de fotografii cu decolteurile lor, pe site-urile de socializare. *(A.N.P.)*

Nu jigniţi maimuţa!

Chiar dacă marea majoritate a oamenilor se consideră fără niciun fel de discuţie superiori necuvântătoarelor, se mai întâmplă şi ca unele dintre acestea să ne ofere nu doar exemple, ci şi adevărate lecţii... de comportament civilizat.

Iar dacă analizăm întâmplarea de faţă cât mai obiectiv, nu putem spune decât – vorba-ceea – că „ar fi de râs, dacă n-ar fi de plâns". Vorbim despre gestul stupid al unui tânăr faţă de o maimuţă, bravadă care l-a costat destul de scump.

Imprudentul june a observat în faţa unei case din capitala indiană New Delhi o maimuţă. Nimic neobişnuit, într-o ţară în care hoarde ale acestor aşa-zise rude îndepărtate ale noastre umblă în libertate pe străzi. Numai că, nu se poate spune ce a fost în mintea omului, atunci când acesta, fixând animalul cu privirea, a făcut un gest obscen binecunoscut, arătându-i acesteia... degetul buclucaş!



Ei bine, aceasta a constituit jignirea supremă pentru contemplativa maimuţă. Provocată de nesăbuinţa omului din faţa ei, s-a schimbat cu 180 de grade, plonjând cu toate cele patru membre ale sale pe pieptul acestuia.

Intrusul a fost doborât astfel la pământ de primata deranjată de gestul indecent şi transformată brusc în maestru de arte marţiale.

Astfel pus la punct, nechibzuitul tânăr nu a mai avut altceva de făcut decât să meargă degrabă acasă şi să constate uşurat că nu a suferit răni importante. Cât despre ruşinea păţită – nimic de comentat. *(A.N.P.)*

Căsătorie cu repetiţie

Cuplul britanic Alex Pelling şi Lisa Grant au cunoscut în ultimii ani cam toată lumea. Însă nu doar plăcerea de a călători i-a determinat pe cei doi să cutreiere mapamondul, ci la baza acestei veritabile activităţi curente stă o motivaţie cu totul insolită: aceea ca, la fiecare destinaţie, să... se căsătorească. Şi nu oricum, ci de fiecare dată respectând ritualul nupţial şi specificul local.

Au spus „da" de mai mult de 70 de ori! Există totuşi şi o problemă, la fel de halucinantă: niciuna dintre aceste uniuni maritale nu este legală.

Parteneri de cuplu din anul 2008, Alex şi Lisa au decis în 2011 să părăsească oraşul de reşedinţă Manchester din Marea Britanie, pentru a se stabili în Australia, vânzându-şi casa şi renunţând la toate celelalte bunuri. Zis şi făcut!

De atunci, ei călătoresc prin lume într-un camping-car, în plus trecându-şi în „palmares" ceremoniile de căsătorie sus-menţionate. În Mexic au avut parte de o ceremonie maya şi de o şedinţă foto nupţială sub apă. În Panama au fost protagoniştii unei ceremonii tribale, iar în Hawai au avut drept martor la unirea lor... un delfin.

Dar de ce au adoptat cei doi acest mod de viaţă excentric? Absolut conştienţi de faptul că respectivele experienţe nu vor avea şi acoperirea legalităţii, s-au gândit că fiecare dintre cele 70 de mariaje neoficiale le va servi pentru a decide care va fi adevăratul lor mod de căsătorie.

„Lisa şi eu suntem nişte romantici veritabili, am asistat la căsătorii în Regatul Unit, dar totul era foarte convenţional şi nu am dorit să urmăm această tradiţie, fiindcă noi nu suntem aşa – a relatat Alex pentru ziarul *Daily Mail.* Prin urmare, am început să căutăm locuri insolite în

fiecare ţară pe care am vizitat-o. Prietenii şi familiile noastre au crezut că suntem nebuni, însă au adorat ideea imediat ce le-am explicat-o detaliat: că nu vrem să ne căsătorim legal aşa, la întâmplare." Frumoasă nebunie! Dar şi costisitoare, desigur... *(A.N.P.)*

Recuperare, recondiţionare, refolosire... în filme

Vă mai amintiţi de sloganul de pe vremuri „Recuperare, recondiţionare, refolosire", care ne îndemna să nu aruncăm nici măcar o sticlă sau o bucată de hârtie la gunoi, ci să le ducem la centrele de reciclare?

La Hollywood însă, recondiţionarea a fost şi este mereu cuvântul de ordine, chiar dacă nu este vorba despre deşeuri, ci despre recuzită, scene sau chiar sunete folosite şi refolosite în filme diferite. Uneori, realizăm că am mai văzut undeva un anumit decor sau obiect de recuzită, dar de cele mai multe ori asemenea lucruri trec neobservate. Haideţi să descoperim împreună ce anume se mai reciclează prin filme...

Ţipătul Wilhelm

Aţi auzit de „ţipătul Wilhelm"? Probabil că nu. Acest sunet a apărut pentru prima oară într-un western de serie B, „Şarja de la râul Feather", produs în 1953. Filmul a fost turnat în 3D (ceea ce era o noutate pe atunci), dând impresia spectactorilor că sulițele şi săgeţile din film vin direct spre ei.

În film apare un personaj minor, „soldatul Wilhelm", care la un moment dat este atins în coapsă de o săgeată, ţipă şi cade de pe cal. Această scenă de două secunde, pe care mulţi au uitat-o până la finalul peliculei, ar merita însă

să intre în istoria cinematografiei, pentru că sunetul care a însoţit-o va fi reluat în numeroase alte filme, de la „Războiul Stelelor" (atunci ţipătul este scos de un „stormtropper") la „Povestea jucăriilor" (unde cel care ţipă este un astronaut).

Incendii cu repetiţie

„Pe aripile vântului" rămâne nu doar unul dintre cele mai bune şi mai impresionante filme din istorie, ci şi unul dintre cele mai... utile pentru alţi regizori. Pentru scena „arderii Atlantei", producătorii au dat foc unui întreg

set de clădiri aflate în studioul de filmare Forty Acres.

Imaginile au fost atât de sugestive încât creatorii sitcomului „The Andy Griffith Show", din anii 1960, le-au refolosit întocmai în scena incendierii oraşului fictiv Mayberry. Peste ani, imaginile aveau să fie iar scoase de la naftalină, de astă dată într-un episod din serialul „Star Trek"!

Eternul submarin

Să faci un film pe ocean sau în ocean este, o spune orice regizor, un lucru deosebit de costisitor. E nevoie de echipamente speciale, apare răul de mare, vremea e schimbătoare. La realizarea filmului „Staţia polară Zebra", un thriller reflectând perioada Războiului Rece, echipa de producţie a folosit un submarin autentic şi cameramanul John Stevens a inventat un dispozitiv revoluţionar, care să îi permită să filmeze din exterior când submarinul intra în imersiune.

Cadrele erau atât de realiste încât producătorii altor filme de profil, de la „Submarin în pericol" (1978) la „Niciodată să nu spui niciodată" (1983, cu Sean Connery în rolul lui James Bond) au „împrumutat" fără nicio jenă secvenţele şi le-au folosit neschimbate în filmele lor.

„Viaţa lui Brian", cu recuzita lui Zeffirelli!

Când faimoasa echipă de comici britanici Monty Python a decis să realizeze „Viaţa lui Brian" (o parodiere a poveştii biblice a lui Iisus Hristos), au avut de înfruntat o mulţime de obstacole. Mai întâi, compania EMI a retras finanţarea la doar câteva zile de la începerea filmărilor, deoarece se temea că subiectul este controversat şi îi va crea probleme cu organizaţiile religioase.

Producţia a fost salvată de George Harrison, de la Beatles, care a oferit rapid 3 milioane de lire sterline pentru că voia să vadă filmul. Pelicula a fost interzisă în numeroase ţări, fiind considerată o blasfemie, în ciuda insistenţei celor de la Monty Python că nu este un film despre Iisus, ci despre Brian.

Dar explicaţia lor nu a convins pe nimeni, cu atât mai mult cu cât producătorii au folosit aceeaşi locaţie şi multe dintre scenele utilizate de reputatul

Franco Zeffirelli, când filmase „Iisus din Nazareth", cu doi ani în urmă. Ambele filme au fost realizate la Monastir, în Tunisia, şi inclusiv mulţi figuranţi erau aceiaşi!

De altfel, însuşi liderul echipei Monty, regizorul Terry Jones, îşi amintea cu umor: „Mai mereu veneau la noi arabi în vârstă să ne dojenească: *Ştiţi, domnul Zeffirelli n-ar fi filmat scena asta astfel!"*

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Alexandru Solomon

Fiu al scriitorului şi traducătorului Petre Solomon, Alexandru Solomon s-a simţit atras de magia cinematografiei, devenind regizor, producător de film, operator de imagine şi scenarist. S-a născut pe 22 iunie 1966, în Bucureşti şi a absolvit IATC, secţia Imagine-Film în anul 1993.

De-a lungul carierei sale, a regizat zeci de documentare, pentru multe dintre acestea fiind premiat la festivaluri de film din Europa şi SUA. Realizat ca producţie independentă, „Franzela exilului", despre Caragiale la Berlin, a obţinut Premiul Special al Juriului, UCIN 2003.

„Omul cu o mie de ochi" – un film despre viaţa si fotografiile lui Iosif Berman, „Viaţa de câine" – o radiografie a Bucureştiului ca sat fără câini şi oraş cu câini – au fost desemnate drept Cele mai bune documentare la Festivalul DaKINO în 2001, respectiv 1998. Alexandru Solomon este recunoscut pentru lungmetraje documentare ca „Marele jaf comunist" (2004), despre jaful Băncii Naţionale Române din 1959, pentru care a câştigat Marele Premiu la festivalul Mediawave din Ungaria, „Război pe calea undelor" (2007, un film despre Radio Europa Liberă), „Kapitalism – reţeta noastră secretă" (2010), care imaginează o revenire fictivă a dictatorului Nicolae Ceauşescu într-o nouă societate cu obiceiuri cunoscute ale oamenilor de afaceri.

În 2015, oferă publicului iubitor de gen documentarul „Patru patrii", ce îi are ca protagonişti pe scriitorii Mircea Cărtărescu, Gabriela Adameşteanu, Florin Lăzărescu şi Norman Manea. Documentarul descrie experienţele lor de viaţă, creionând astfel un cvadruplu portret al României: tânără în raport cu alte ţări, dezamăgită de imaginea sa peste hotare, deprimată sau exaltată de istoria sa recentă, mereu iritată de poziţia ei periferică în Europa, şi cu toate acestea, plină de umor.

Filmul face parte din colecţia de filme „Europa scriitorilor" produsă de prestigiosul canal Arte. Pentru a ajuta la promovarea filmului documentar la noi în ţară, Alexandru Solomon a înfiinţat în anul 2004 Asociaţia DocuMentor, împreună cu Florin Iepan.

Festival

Veneţia, filmul în prim-plan

Vorbeam săptămâna trecută despre cele două filme noi adăugate pe lista filmelor care urmează să fie prezentate la Festivalul Internaţional de la Veneţia, a 77-a ediţie, care se va desfăşura între 2 şi 12 septembrie.

Rămăsesem dator cu câteva informaţii legate de filmul *O noapte la Miami*, debutul regizoral al actriţei Regina King, proaspăt laureată anul trecut a Oscarului pentru rol secundar în filmul *Dacă strada Beale ar putea vorbi.*

O noapte la Miami se petrece în noaptea de 25 februarie 1964, şi spune povestea unui tânăr pe nume Cassius Clay (înainte de a deveni Muhammad Ali) care iese de la *Miami Beach Convention Center* în calitate de nou campion mondial de box la categoria grea. Contrar tuturor pariurilor, el l-a învins pe Sonny Liston şi a şocat întreaga lume a sportului. Şi în vreme ce mulţimile invadează Miami Beach pentru a sărbători meciul, Clay, aflat în imposibilitatea de a rămâne pe insulă din cauza legilor de segregare rasială din epoca Jim Crow, va petrece, în schimb, toată noaptea la Motelul Hampton House, într-unul din cartierele istorice ale negrilor din Miami, împreună cu trei dintre cei mai apropiaţi prieteni ai săi: activistul de culoare Malcolm X, cântăreţul Sam Cooke şi fotbalistul vedetă Jim Brown.

În dimineaţa următoare, cei patru bărbaţi apar hotărâţi să definească o lume nouă pentru ei şi pentru oamenii lor. *One Night in Miami* explorează ce s-a întâmplat în timpul acestor ore cruciale prin relaţia dinamică dintre cei patru bărbaţi şi prin modul în care prietenia lor a contribuit la formarea unei conştiinţe a drepturilor civile care trăieşte şi astăzi.

Încă un minut

Festivalul Internaţional de Film de la Veneţia este unul

dintre primele festivaluri importante din lume care îşi va deschide uşile, fizice nu virtuale, după pandemia COVID-19. După cum anunţă CGTN, documentarul chinez de Realitate Virtuală (RV) *Încă un minut* a fost preselecţionat pentru categoria „Realitate Virtuală" a Festivalului, devenind astfel primul documentar RV cu temă epidemică din lume prezentat într-un festival internaţional de film.

Documentarul a fost filmat de 124 de persoane din 32 de provincii şi regiuni din China. Producătorii au folosit tehnologia VR pentru a înregistra o vedere panoramică de 360 de grade a minutului, 10:00 a.m., 20 februarie a acestui an.

Prin acest proiect documentar, echipa încearcă să exprime caracterele puternice ale oamenilor care trăiesc sub pandemie, precum şi să înregistreze un moment real şi dramatic cu ajutorul tehnologiei RV. „Festivalul de primăvară din acest an a devenit tern sub semnul panicii din cauza pandemiei COVID-19. Mi se pare o alegere bună să încerci să creezi un documentar RV şi să înregistrezi reacţiile reale ale oamenilor în situaţia dată", spunea Wan Daming, directorul documentarului, adăugând că „principalul scop este să transmită dragoste şi speranţă într-un asemenea moment întunecat".

Potrivit organizatorilor, categoria „Realitate Virtuală" de la Festivalul de Film de la Veneţia are un număr de 31 de titluri în competiţie. Festivalul este recunoscut ca fiind unul dintre primele festivaluri de film din întreaga lume care a arătat un puternic interes în Realitate Virtuală. La ediţia a 77-a a Festivalului de la Veneţia, datorită pandemiei, toate filmele din categoria RV vor fi proiectate *online*.

GEORGE CUŞNARENCU

VERTIGO – „ascensorul fals”

Din punct de vedere medical, vertijul reprezintă o tulburare care afectează o persoană sub aspectul controlului situării sale în spaţiu, cauzând iluzia deplasării subiectului în raport cu obiectele din jur sau invers – a obiectelor în raport cu subiectul.

Această iluzie de mişcare se poate prezenta sub diferite forme: ● senzaţia de rotire „ca într-un manej”; ● senzaţia deplasării corpului în plan vertical „ca într-un ascensor”; ● senzaţia de instabilitate descrisă „ca un tangaj pe un vapor”. Este şi motivul pentru care se foloseşte frecvent expresia „mi se învârte capul”.

Elemente favorizante. Vertijul poate fi rezultatul unei funcţionări defectuoase a sistemului vestibular, localizat la nivelul urechii interne, sau a unor probleme neurologice ori cerebrale. În mod normal, sistemul vestibular ne permite, în asociere cu vederea şi cu senzaţia de poziţionare a corpului în spaţiu, să ne menţinem echilibrul.

De aceea, o anomalie a acestui sistem, a nervilor sau a creierului generează un conflict între diferitele informaţii primite de creier şi atunci apar pierderile de echilibru sau impresia că tot ce ne înconjoară se roteşte. În unele cazuri, se pot resimţi şi greaţa sau tulburări ale mersului. Oricum, de cauze depinde tratamentul afecţiunii.

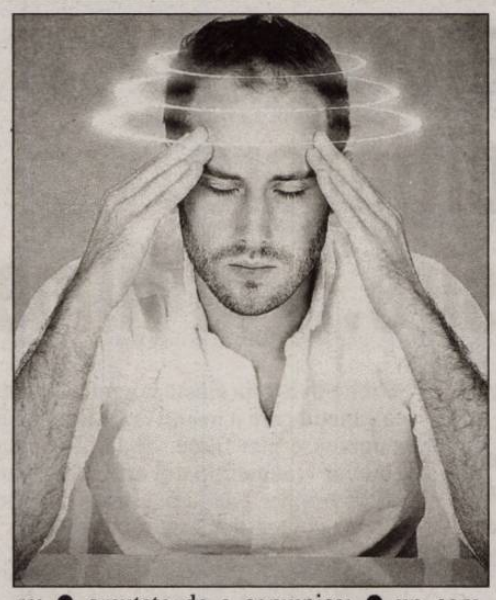
Cauze principale. Vertijul poziţional paroxistic benign reprezintă aproape o treime din cazurile totale. Apare între 50 şi 70 de ani, afectând femeile în proporţie dublă faţă de bărbaţi. Urmează otitele cronice şi maladiile urechii: fistula perilimfatică, cholesteatomul urechii medii, labirintita infecţioasă, tumorile, otospongioza.

În al treilea rând, nevrita vestibulară (inflamaţia nervilor urechii interne), urmată de: traumatismul la nivelul urechii interne, cu fractură sau comoţia labirintică; intoxicaţia (cu alcool, droguri, cafea, medicamente); tumoarea; maladia Ménière (boală a urechii interne, de origine necunoscută; tulburări; alterarea circulaţiei sângelui la nivelul structurilor creierului responsabile cu postura persoanei; afecţiuni neurologice (AVC, hipertensiune intracraniană, traumatism cranian).

Diagnosticare. În caz de vertij sau de senzaţie vertiginoasă, trebuie mers la medic, mai ales dacă apar şi alte simptome, ca: greaţă şi vomă, tulburări de echilibru ori ale mersului, pierderea auzului, acufene (şuierături şi bâzâituri percepute doar de pacient). Medicul îl va chestiona pe acesta în legătură cu apariţia senzaţiilor respective, cu frecvenţa şi durata lor, cu elementele declanşatoare, cu eventuale căderi, impresii resimţite şi antecedente.

Examenul clinic se va axa pe conductul auditiv şi timpan, pe capacităţile de echilibru testate câtorva manevre simple, pe mişcarea ochilor. Examinările complementare permit în anumite cazuri identificarea a ceea ce declanşează vertijul: analiza sângelui, examinare auditivă (de pildă, o audiogramă), un bilanţ cardiac, o imagerie medicală (scanner, RMN al urechii interne).

Medicul trebuie abordat urgent, dacă subiectul raportează ori se remarcă: ● o pierdere parţială a vederii (vedere înceţoşată, dublă) sau totală; ● dificultăţi în a sta în picioare; ● greutate de a comunica; ● un comportament ciudat sau executarea unor mişcări anormale.



Tratamentele vertijului depind de originea stării respective; cu cât cauza va fi mai rapid şi mai corect definită, cu atât tratamentul va fi mai eficace. În anumite cazuri, diagnosticul necesită internarea de urgenţă a bolnavului, pentru a se trata un accident vascular cerebral (AVC).

Pentru a face să dispară un vertij paroxistic poziţional benign, medicul orelist sau kinesiterapeutul poate executa manevre de basculare speciale, vizând mobilizarea şi dispersarea calculilor minusculi aflaţi la originea acestor stări de vertij.

În caz de nevrită vestibulară, specialistul va prescrie pentru primele două zile medicamente care acţionează asupra structurilor vestibulare ale urechii: antihistaminice calmante, antiemetice împotriva greţurilor şi vomei, medicamente tranchilizante pentru a acţiona contra anxietăţii.

Drept urmare, nevrita vestibulară acţionează cel mai frecvent favorabil, fiind apoi vindecată rapid. Dacă vertijul este legat de efectul nedorit al unui medicament, tratamentul respectiv se întrerupe, iar în situaţii rare este necesară o intervenţie chirurgicală.

Intervenţii complementare. Odată eliminate cauzele vertijurilor grave, se au în vedere mai multe metode naturale, care pot limita şi chiar vindeca definitiv afecţiunea. Astfel în măsura în care vertijul este legat de o problemă cervicală, o şedinţă sau două de osteopatie elimină problema.

Într-o problemă cranio-sacrală, osteopatul va lucra foarte blând, insistând pe ceafă, craniu şi bazin. Homeopatia recomandă granule eficiente în orice formă de vertij.

Aditivii alimentari – riscuri majore

Alegem mezelurile după miros, gust, data fabricării, preţ, nu şi după compoziţie. Puţini sunt însă cei care ştiu că marea majoritate a mezelurilor conţin foarte puţină carne. Din toată lista de ingrediente de pe etichetă, uneori de ordinul zecilor, unul singur este carnea, restul fiind şorici, aditivi alimentari, sare şi apă.

În acelaşi timp, o bucată banală de salam pusă pe masa noastră poate reprezenta, la un consum exagerat, riscuri serioase pentru sănătate. Cei mai mari duşmani sunt E-urile, substanţe chimice adăugate în procesul de producţie pentru a spori aroma, gustul, pentru a le îmbunătăţi aspectul, dar şi pentru a le prelungi termenul de valabilitate.

În privinţa efectelor aditivilor alimentari, spectrul de boli pe care îl pot provoca este foarte divers. S-au făcut evaluări din punct de vedere al riscului de cancer, şi cel mai frecvent cancer legat de consumul produselor alimentare procesate este cancerul colorectal.

O simplă analiză a listei de E-uri de pe orice ambalaj scoate la lumină un adevăr crunt: omul modern a devenit captivul acestor aditivi. Potrivit unui studiu al Universităţii din Düsseldorf, Germania, cele mai periculoase E-uri, cu efect cancerigen, sunt utilizate fără probleme la scară largă. Este vorba despre E250, E300, E301, E330, E450, E621. Dacă deschideţi frigiderul, cu siguranţă găsiţi produse de acest gen. Sunt nişte momeli mai degrabă decât hrană, care au matricea informaţională distorsionată. Aditivii alimentari sau E-urile sunt substanţe chimice folosite pentru creşterea conservabilităţii produselor.

Chiar şi aşa, aceşti aditivi sunt legali. Înainte de a ajunge pe rafturile magazinelor, producătorul trebuie să obţină un certificat de calitate. Astfel, o dată pe an, el decide de sine stătător ce bucată de salam sau carne trebuie să ajungă sub microscop. Cercetătorii germani au cumpărat două tipuri de parizer: cel mai scump şi cel mai ieftin. Rezultatele au arătat că indicii au fost în limita normalului.

Cât priveşte componenţa, a fost aproape identică, ceea ce înseamnă că s-au plătit bani în plus practic pentru una şi aceeaşi calitate. În acelaşi timp, consumatorii evită să treacă pragul instituţiilor abilitate de control al calităţii, chiar dacă serviciile sunt gratuite.

În octombrie 2015, Organizaţia Mondială a Sănătăţii a clasificat, în premieră, carnea procesată ca fiind cu potenţial cancerigen. În această categorie intră baconul, cârnaţii, mezelurile, şunca.

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

În anul 1882, Robert Koch anunţa descoperirea bacilului care provoacă tuberculoza (Mycobacterium tuberculosis). *Conform datelor Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii, tuberculoza este în prezent prima cauză de deces din categoria bolilor infecţioase şi printre primele cauze de deces prin orice boală la nivel mondial.*

Astăzi, se consideră că o treime din populaţia globului este deja infectată cu Mycobacterium tuberculosis, *însă doar un mic procent din persoanele infectate fac tuberculoză (persoanele cu un sistem imunitar deficitar au un risc mai mare de a se îmbolnăvi de această gravă maladie).*

Tuberculoza este totuşi o boală care poate fi vindecată. Tratamentul standard asociază concomitent patru medicamente antiinfecţioase (Rifampicină, Isoniazidă, Pirazinamidă, Etambutol) luate sub strictă supraveghere medicală, timp de 6 luni.

Tuberculoza nu iartă, dar poate fi învinsă

O formă complicată a maladiei este tot mai frecvent menţionată la nivel internaţional: tuberculoza multidrogrezistentă (MDR-TB), caracterizată prin rezistenţa la minimum două dintre cele patru medicamente standard (de linia I) utilizate în tratamentul tuberculozei. În aceste situaţii, tratamentul este de mult mai lungă durată (până la 18 luni) şi necesită şi alte medicamente. Se estimează că la nivel mondial 53 de milioane de vieţi au fost salvate în perioada 2000-2016 datorită tratamentului medicamentos eficient al tuberculozei.

În România tratamentul tuberculozei este gratuit, se desfăşoară conform Strategiei Naţionale de Control a Tuberculozei şi se realizează prin Programul Naţional pentru Prevenţia, Supravegherea şi Controlul Tuberculozei. Producătorul principal de asemenea medicamente are în portofoliu şapte produse esenţiale pentru tratamentul tuberculozei (toate medicamentele pentru tratamentul standard şi o parte din medicamentele pentru tuberculoza multidrogrezistentă).

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Dereglarea energetică a plămânilor

Explicaţii oferite de medicina energo-informaţională

Plămânii sunt responsabili de buna funcţionare a respiraţiei noastre, inspiraţie/expiraţie, aer în plămâni. Îndeplinesc funcţia de inhalare a oxigenului din aer şi de a-l transporta în sânge.

De asemenea, plămânii sunt răspunzători de răspândirea echilibrată a oxigenului în corp, prin care se realizează o circulaţie optimă. Însăşi vorbirea noastră este în directă legătură cu funcţionalitatea optimă a plămânilor. Pentru ca funcţionalitatea plămânilor să fie echilibrată este nevoie şi de o inspiraţie/expiraţie liniştită şi profundă.

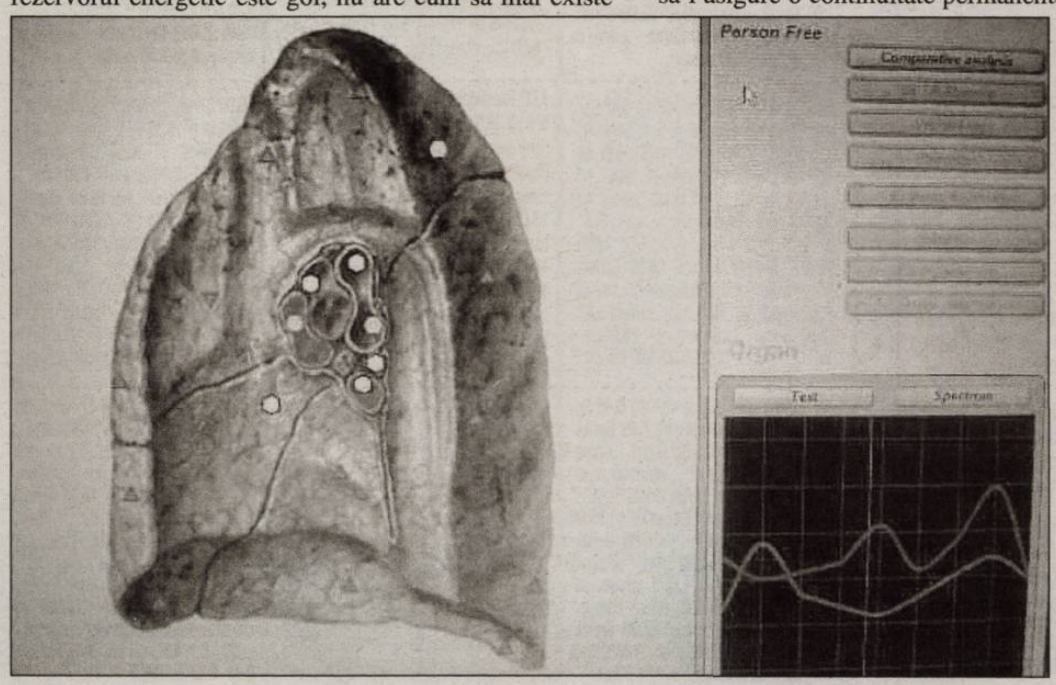
Medicina chineză, înainte de a pune un diagnostic, verifică funcţionalitatea plămânilor şi a ficatului, realizând astfel un diagnostic al organelor interne, neţinând cont în mod deosebit de anatomia plămânilor. Prin „energia scăzută a plămânilor" este diagnosticată respiraţia, care dacă nu este profundă nu poate lua destul oxigen din aer şi mai departe duce la disfuncţii în alte sisteme ale corpului.

Energia scăzută a plămânilor se remarcă adesea într-o voce fără „vlagă", de multe ori însoţită de o tuse fără expectoraţii. Lipsa de „vlagă" a vocii duce la disfuncţii pe alte organe ale corpului. Imunitatea corpului este, de asemenea, scăzută în situaţiile amintite mai sus.

Medicina energo-informaţională, prin diagnosticarea energetică a corpului, stabileşte cu prioritate „starea energetică a plămânilor", fără investigaţii multiple sau dureroase. De asemenea, se recomandă şi tratamentele care se impun pentru readucerea întregului organism în echilibru energetic din care este ieşit. Toate investigaţiile energetice se fac la noi în centru. Pacientul pleacă după aproximativ o oră cu diagnostic şi un buletin de analize energetic, fără să mai fie nevoie să alerge din centru în centru sau la laborator.

În medicina chineză, plămânii sunt în centrul atenţiei pentru o viaţă cu o energie în echilibru. Dacă plămânii sunt în dezechilibru, fluxul energetic în corp este, de asemenea, în dezechilibru. Organele interne şi liniştea internă a organismului sunt de asemenea perturbate. Somnul este întrerupt şi neliniştit.

Omul există datorită acestei energii a vieţii, iar când rezervorul energetic este gol, nu are cum să mai existe viaţă. Fiecare dintre noi este obligat vizavi de corpul său să-i asigure o continuitate permanentă a vitalităţii.



Energia trebuie să curgă în corpul nostru ca un „pârâiaş de munte" proaspăt şi vioi.

Mulţumită fizicii cuantice suntem astăzi în măsură să oferim terapii conform statutului energetic al fiecărui pacient. Nu mai este o ficţiune, ci o realitate care se impune tot mai mult în viaţa noastră.

Sănătatea noastră este cel mai mare bun pe care îl avem. Timpul în care totul se trata numai cu medicamente a trecut demult. Medicina energo-informaţională este astăzi în măsură să ne pună la dispoziţie tratamente personalizate.

Informaţia energetică a corpului nu este ceva nou, a existat întotdeauna de când există şi omul. Nu au existat aparate care să poată măsura această informaţie şi să o regleze după necesitatea fiecăruia.

Viaţa este o comunicare coerentă între celulele fiecărui organ, iar boala este o întrerupere, o incoerenţă în comunicarea energetică.

Omul este un computer biologic care trebuie din când în când „devirusat" şi reechilibrat energetic.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

CONTACT: Derma Vital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

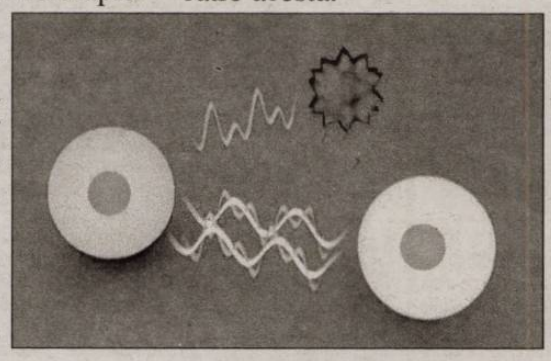
Nou la Derma Vital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

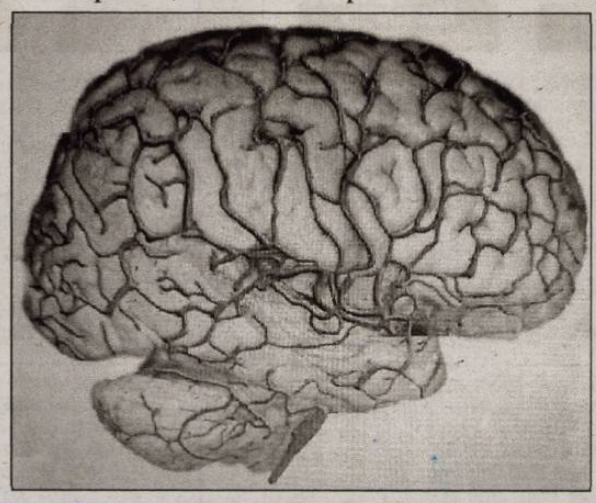
Terapia este în ofertă până la data de 31.08.2020

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

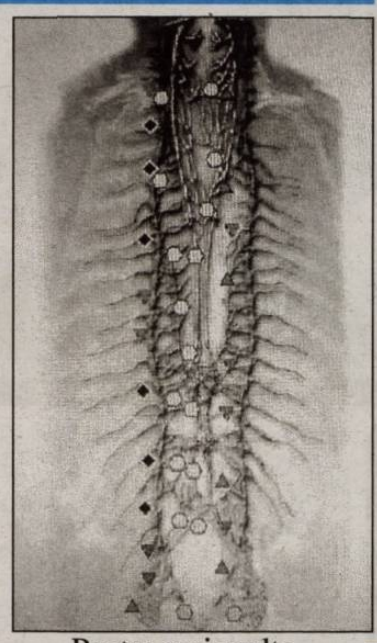
NOU LA DERMAVITAL!

Dermavital vă pune la dispoziţie 3 terapii noi:
– Alzheimer/demenţă (4 terapii/500 Ron)
– Oboseală cronică (4 terapii/500 Ron)

Terapiile se fac cu un card special, care se adaptează/configurează la energia corpului/terapie personalizată. Terapiile se fac de 2 ori pe săptămână.



Terapiile se execută cu un card special care se conectează şi se calibrează la informaţia energetică a corpului. Eliminarea noxelor toxice (care au dus la dereglările menţionate mai sus se face printr-un stecher de ceramică în paralel cu terapia). O terapie blândă, fără dureri, fără medicamente.



Pentru mai multe informaţii accesaţi

www.dermavital-med.ro

sau 0731.871.968 / 021.322.40.04

PUBLICITATE

LUNI – 24 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Agatha Christie: Ucigașul ABC" (M. Britanie, 2018, partea I). Cu: John Malkovich 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Al 5-lea val" (SUA, 2016). Cu: Chloe Grace Moretz, Matthew Zuk 0.00 Știrile PRO TV 0.30 Serial: „Vlad" 2.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 22.00 Film: „O familie de coșmar" (SUA, 2010). Cu: Robert de Niro 0.00 Observator 0.30 Film (r) 2.30 Asia Express – Drumul elefantului.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Film: „Grăbește-te încet" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Apel de urgență 11.00 Teleshopping 11.30 Cu lumea-n cap (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Focus din inima României 22.30 Serial (r) 23.30 Schimb de mame 1.30 Cireașa de pe tort (r) 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00 Cu lumea-n cap (r) 5.50 Focus (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta". Cu: Ana Martin 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.35 Doc.: „Exilul maltez al lui Caravaggio" 9.00 Teleșcoala 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.35 Doc.: „Exilul maltez al lui Caravaggio" (r) 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 Rețeaua de idoli (r) 21.00 Serial: „Primăverii" 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.15-5.30 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

6.15 Film: „Sunshine State" (r) 9.15 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „Arthur" (r) 14.00 Flm: „Sixth Man" (r) 16.15 Film: „DI&Dna Hart: Vechii prieteni nu mor niciodată" (SUA, 1994). Cu: Robert Wagner 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Operațiunea de salvare" (SUA, 2006). Cu: Mark Dacascos, Theresa Randle 22.30 Film: „Războinicul" (SUA, 2011). Cu: Tom Hardy, Nick Nolte 1.15-5.15 Reluări.

MARȚI – 25 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Știința în prima linie" 13.00 Ediție specială 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Agatha Christie: Ucigașul ABC" (partea a II-a) 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Justiție urbană" (SUA, 2007). Cu: Steven Seagal 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Serial: „Vlad" 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 21.45 Film: „Echipa de șoc" (SUA, 2010). Cu: Liam Neeson, Bradley Cooper, Jessica Biel 0.00 Observator 0.30 Film: „O familie de coșmar" (r) 2.30 Asia Express – Drumul elefantului.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Secrete de stil (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Centrul de traumă" (SUA, 2019). Cu: Bruce Willis 22.00 Focus din inima României 22.30-1.30 Reluări 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309 " (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Geniul lui George Boole" 9.00 Teleșcoala 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.35 Doc.: „Geniul lui George Boole" 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine ca-n filme (r) 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.05-5.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 Film: „Arthur" (r) 8.00 Serial: „La Bloc" (r) 10.30 Film: „Sunshine State" (r) 13.30 Film: „Last Vegas" (r) 15.45 Film: „Sheena, regina junglei" (SUA 1984). Cu: Tanya Roberts, Ted Wass 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Țintă legitimă" (SUA, 2010). Cu: Naomi Watts, Sean Penn 22.45 Film: „The International: Puterea banului" (coprod., 2009). Cu: Clive Owen, Naomi Watts 1.15-3.15 Reluări.

MIERCURI – 26 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Conviețuiri 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Agatha Christie: Ucigașul ABC" (partea a III-a) 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimeii" 23.00 Telejurnal 23.50-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Eroi de sacrificiu 3" (SUA, 2014). Cu: Sylvester Stallone, Jason Statham, Jet Li 0.00 Știrile PRO TV 0.30 Serial: „Vlad" 2.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r) 23.30 Observator 0.00 Film: „Echipa de șoc" (r) 2.00 Asia Express – Drumul elefantului (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Happy News (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Piedone africanul" (SUA, 1978). Cu: Bud Spencer 22.00 Focus din inima României 22.30-23.30 Reluări 1.30 Cireașa de pe tort 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „La cazino, în vreme de război" 9.00 Teleșcoala (r) 10.00 Serial: „Eroii nu au vârstă" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic 14.00 Doc.: „La cazino, în vreme de război" 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Telecinemateca: „Colecție de scurtmetraje Charles Chaplin" 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.10-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

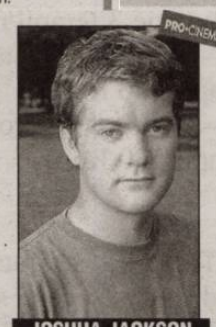
5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „Sheena, Queen of the Jungle" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Hart To Hart: Old Friends Never Die" (r) 14.15 Film: „3 Ninjas Kick Back" (r) 16.15 Film: „Proiectul Medusa II" (SUA, 1997) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Casa Versace" (Canada, 2013). Cu: Gina Gershon 22.30 Film: „Naufragiați" (coprod., 2002). Cu: Bruce Greenwood 0.30-3.45 Reluări.

JOHN MALKOVICH
– luni-joi, 21.00 –

CHLOE GRACE MORETZ
– luni, 21.30 –

BUD SPENCER
– miercuri, 20.00 –

ANA MARTIN
– luni-duminică, 18.00 –



JOSHUA JACKSON
– sâmbătă, 16.30 –

JESSICA BIEL
– marți, 21.45 –

DAVID THOMAS
– joi, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 27 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Știința în prima linie" 13.15 Discover Romania 13.30 Doc.: „Trish – specialități franțuzești" 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Agatha Christie: Ucigașul ABC" (ultima parte) 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 23.50-6.10 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.15 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Legea e lege" (SUA, 1998). Cu: Tommy Lee Jones, Wesley Snipes 0.15 Știrile PRO TV 0.45 Serial: „Vlad" 2.45-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (re-run sezon 6) 23.30 Observator 0.00 Film: „Chip de înger" (SUA, 2014). Cu: Kate Beckinsale 2.00 Observator (r) 3.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la ea Mărin (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial (r) 10.00 Serial: „Trăsniții" (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Casa: construcție și design (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Iancu Jianu, haiducul" (România, 1981) 22.00 Focus din inima României 22.30 Serial: „Trăsniții" (r) 23.30 Film: „Capcana timpului" (SUA, 2017) 1.30 Cireașa de pe tort (r) 2.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 8.45 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Seial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Deșertul Namib" 9.00 Teleșcoala 10.00 Serial: „Călătorie de neuitat" (ep.1) 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Doc.: „Deșertul Namib" (r) 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Răzbunătoarea" (SUA, 2017). Cu: Abby Eiland, David Thomas 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuadorului" 0.10-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Old Friends Never Die" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Iubire mare" (SUA, 1959) 13.45 Film: „Shena, Queen of the Jungle" (r) 16.15 Film: „919 Fifth Avenue" (SUA, 1995) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Incredibilul Burt Wonderstone" (SUA, 2013). Cu: Steve Carell 22.30 Film: „Misiunea" (SUA, 1997). Cu: Aidan Quinn 1.00-4.45 Reluări.

VINERI – 28 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Ineditul american" 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Comoara apașilor" (partea a II-a). Cu: Ric Maddox, Shawn Parsons 23.00 Telejurnal 23.50-5.25 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Trei zile de coșmar" (coprod., 2010) 0.15 Film: „Maestrul bețiv 2" (SUA, 2000). Cu: Jackie Chan 2.30-3.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Film: „Greu de pensionat 2" (SUA 2013). Cu: Bruce Willis, Helen Mirren 22.30 Film: „Regele Arthur" (SUA, 2004). Cu: Clive Owen, Keira Knightley 1.00 Film (r) 3.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 10.00 Serial (r) 11.30 Camera de râs 2018 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Totul pentru fotbal" (România, 1982) 22.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (SUA, 1991) 0.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (SUA, 1991) 0.00 Film: „15" (România, 2005) 2.00 Film (r) 4.00 Cireașa de pe tort 5.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 5.50 Focus (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „Dragoste de gardă" 20.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (ep.1) 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.45 Doc.: „Ultima călătorie: epava feniciană" 9.00 Teleșcoala 10.00 Serial: „Călătorie de neuitat" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.35 Doc.: „Ultima călătorie: epava feniciană" (r) 15.00 Teleșcoala 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai 6.00 Cap compas (r).

PRO CINEMA

6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „The 30 Foot Bride of Candy Rock" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Medusa's Child II" (r) 14.15 Film: „919 Fifth Avenue" (r) 16.15 Film: „Amintiri dureroase" (SUA, 1999). Cu: Jane Seymour, Bruce Davison 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Hannah face legea" (SUA, 2012). Cu: Sara Canning, John Pyper-Ferguson 22.30 Film: „Suspectul Zero" (SUA, 2004). Cu: Aaron Eckhart, Ben Kingsley 0.30-4.30 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 29 august

TVR 1

7.00 Politică și delicatețuri (r) 8.00 Doc.: „Nostalgia dictaturii" (r) 9.30 Șah-mat 10.00 Vreau să fiu sănătos! 11.00 Levintza prezintă 11.30 Adevăruri despre trecut (r) 12.00 Festivalului Internațional de Folclor „Cântecele Munților" din Sibiu (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui (r) 15.30 Doc.: „Dubrovnik" 16.30 Cooltura 17.00 Doc.: „Direcția: Sud-Vest!" 17.30 Banii tăi 18.00 Concursul Internațional George Enescu – 2020 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Răzbunarea haiducilor" (România, 1968) 22.50 Serial: „Aventurile căpitanului Alatriste" 23.50-5.05 Reluări.

PRO TV

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Spionii în vacanță" (SUA, 1993) 12.00 Film: „Ce zi minunată" (SUA, 1996) 14.30 Film: „Fiica președintelui" (SUA, 2004) 16.45 Film: „Busola de aur" (coprod., 2007). Cu: Nicole Kidman 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Ora de vârf 3" (coprod., 2007) 21.00 Film: „Creed" (SUA, 2015) 0.30 Serial: „Videochat" 1.30-4.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 13.45 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r) 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Film: „Zâna Măseluță" (SUA, 2010). Cu: Dwayne Johnson, Nicole Munoz 22.00 Film: „Misiune imposibilă: Protocolul Fantomă" (SUA, 2011) 0.30-3.30 Reluări.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.30 Chef Dezbrăcatu' (r) 11.00 Secrete de Stil 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 14.00 Film: „Iancu Jianu, haiducul " (r) 16.00 Film: „Totul pentru fotbal" (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „De-a șoarecele și pisica" (SUA, 2017). Cu: Michael Jai White 22.00 Film: „Pata umană" (SUA, 2003). Cu: Anthony Hopkins, Nicole Kidman 0.00-6.00 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 12.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Generația Fit 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 (r) 17.00 Zile cu stil (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Memorialul Durerii (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Casa de lângă lac" (SUA, 2012). Cu: Jane Seymour, Madeline Zima 22.10 Serial: „Chip de înger" 0.15-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film: „Hei, băiete! Hei, fato!" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.30 Film: „Hannah's Law" (r) 16.30 Film: „Cowboy și idioți" (SUA, 2002). Cu: Joshua Jackson 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Stația numerelor" (coprod., 2013). Cu: John Cusack 22.15 Film: „Răzbunarea lui Wyatt Eart" (SUA, 2012). Cu: Val Kilmer 0.15-3.30 Reluări.

DUMINICĂ – 30 august

TVR 1

7.00 Universul credinței (r) 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.10 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri (r) 15.30 Doc.: „Dubrovnik" 16.30 Breaking Fake News (r) 17.00 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar România (r) 19.00 Vizita de lucru (r) 19.30 Vorbește corect! (r) 19.40 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Festivalului Internațional de Folclor „Cântecele Munților" din Sibiu 23.10 Doc.: „Distanța dintre mine și mine 0.50-5.30 Reluări.

PRO TV

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Sunt plecat în oraș (SUA, 1994) 12.00 Film (r) 14.30 Film: „Golden Compass" (r) 17.0 Film: „Călătorie spre centrul Pământului" (SUA, 1993) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Parker" (SUA, 2013). Cu: Jason Statham, Jennifer Lopez 22.15 Film: „John Carter" (SUA, 2012). Cu: Taylor Kitsch 1.00-5.15 Reluă'ri.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 14.00 Film: „Zâna Măseluță" (r) 16.00 Rămân cu tine (r) 19.00 Observator 20.00 Film: „Și mai greu de ucis" (SUA, 2013). Cu: Bruce Willis 22.00 Film: „Bunicul dezlănțuit" (SUA, 2016). Cu: Zac Efron, Robert De Niro 0.15 Film (r) 2.00 Observator (r) 3.00 Film: „Bunicul dezlănțuit" (r).

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Camera de râs 2018 8.10 Happy News 8.45 Casa: construcție și design 10.30 Chef Dezbrăcatu' 11.00 Apel de urgență 12.00 Teleshopping Live 14.00 Film: „Haiducii" (România, 1986) 16.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Film: „Fenomenul" (SUA, 2016). Ethan Hawke, Paul Giamatti 0.00-6.00 Reluări.

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Iubire ca în filme" (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial: „Iubire ascunsă" (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Generația Fit (r) 12.30 Sănătate cu de toate 13.10 Film: „Muschetarii în vacanță" (România, 1984) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Ultimele zile ale verii" (România, 1976) 22.10 Film: „Reduși la tăere" (coprod., 2003) 0.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „Lone Star State of Mind" (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Hannah's Law" (r) 14.15 Film: „The Incredible Burt Wonderstone" (r) 16.15 Film: „Picnic" (SUA, 1955). Cu: William Holden, Kim Novak 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ziua Îndrăgostiților" (SUA, 2010). Cu: Jessica Alba, Lathy Bates 23.00 Film: „Lumea de dincolo: Revolta Lycanilor" (coprod., 2009). Cu: Michael Sheen, Bill Nighy 0.45-4.15 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

SUCCESIUNI

RĂMASE TABLOU SUCCESOARE DIRECTĂ		GRĂMADĂ DE LEMNE A FACE CA TRENUL		ARE PATRU ANOTIMPURI FINAL DE EPOPEE !		NU AU CREDINȚĂ LOCUL AURULUI		SCOBIT ANIMAL MARIN URIAȘ		INVITAȚI LA OSPĂȚ CAVALER ROMÂN
BĂTUTE ÎN LEMN CREDUL					IRASCIBIL MINORITĂȚI NAȚIONALE					
				MORAL PLINI DE GRAȚIE					ÎNTRAREA ÎN SENAT ! CURELE DE CAI	
CRANIU SUSȚINE VIAȚA							ARBUST DE PĂDURE PETROL BRUT			
			BINE LIPIT STOARSĂ LA LIMONADĂ					GRUP DE GĂZE ZGOMOT DE PAPUCI		
	CORTEGIU REGESC MINERAL DE CEASURI					HAZLIU DISTRUSĂ ÎN INCENDIU				NECAZ PE CINEVA
		ARMATELE AERULUI DAR DE LOGODNĂ							BAN POLONEZ	
BOLD A LĂSA PAF CRĂIASĂ					A DA BUZNA FIR DE CUSUT					
				CONTINENT URIAȘ PRIMELE LA ATAC!					ÎN CLUB! ÎNCEPUT DE RALIU!	
ȚESĂTURĂ ÎN DUNGI SPORTIVĂ PE PISTĂ							REGE BIBLIC			
						A STÂRNI SIMȚURILE				

Umor

Un copilaș de vreo 3 ani, butonând pe o tabletă, se duce la mama sa și o întreabă:

– Mamă, eu am fost downloadat ca în jocul ăsta?

– Nu, mami, te-a adus barza!

– Dar de ce? Nu mergea wireless-ul?

Tatăl vine de la creșă cu copilul și mama își pune mâinile în cap:

– Ăsta nu-i copilul nostru!

Iar bărbatul, mirat:

– Ce importanță are, mâine tot la creșă îl duc!

Trei tipi la bar, după o seară de beție:

– Măi, eu sunt trimisul lui Dumnezeu pe Pământ.

Al doilea:

– Taci măi, că eu sunt trimisul lui Dumnezeu pe Pământ!

Iar cel de-al treilea conchide:

– Tăceți măi, că eu n-am trimis pe nimeni!

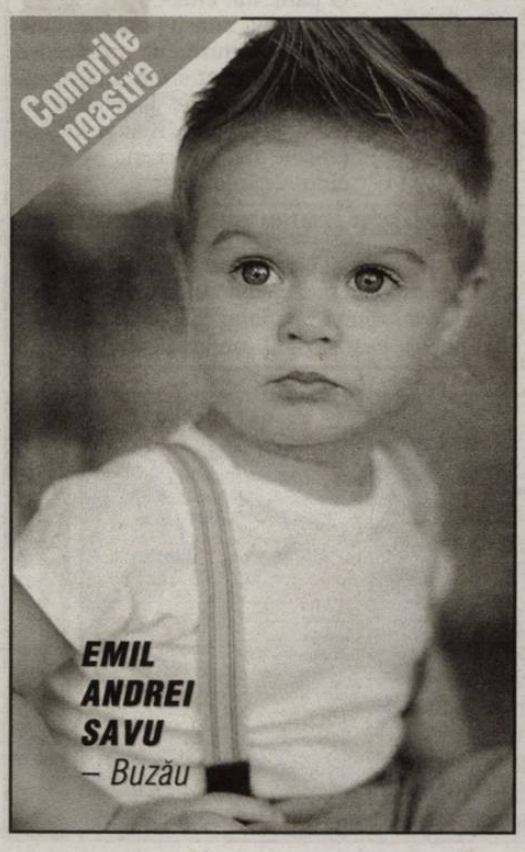
– Nu ți-e teamă să zbori cu avionul?

– De ce să-mi fie teamă? Statisticile spun că, din opt mii de oameni, doar unul moare în accident aviatic. Majoritatea sfârșesc în patul lor. Deci e mai riscant să stai în pat decât în avion.

Soacra stă de mai multe săptămâni la tânărul cuplu. Într-o seară, îl întreabă pe ginere:

– Spune-mi, fiule, nu mai ai nici o carte pe care să n-o fi citit-o?

– Da, cum să nu! Mersul trenurilor.



SUDOKU

jocul săptămânii: 29

	6				7		4	
5		4						3
7					6			2
		7			8			
4		6	1		5	3		7
			3			4		
1			8					5
3						9		8
	7		2				3	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 28

9	8	1	5	2	7	6	3	4
4	6	2	1	3	8	7	5	9
5	3	7	4	9	6	1	8	2
8	9	5	3	6	2	4	1	7
1	4	6	8	7	5	9	2	3
7	2	3	9	1	4	5	6	8
3	5	4	6	8	9	2	7	1
6	7	8	2	4	1	3	9	5
2	1	9	7	5	3	8	4	6

Soluția integramei „CORESPONDENȚE"

Orizontal: F - F - N - S - A - J - MANIFESTATIE - LINIAT - ILAR - DIVAN - INCERT - TEL - TRAIT - F - CAL - OIER - ITI - A - ACAR - IACI - RT - ALUN - PARI - ANTERIOR - ON - BLEG - ISPITIT - ETUI - TAGADA - BROTACEL - RAI.

Verificați-vă cunoștințele!

De-ale verii

1. Cum se numea zeița din mitologia abhază ocrotitoare a agriculturii și a tuturor roadelor pământului?
2. Care era zeița htonică din mitologia greacă, patronând agricultura?
3. Cum se numesc reprezentările fantastice din mitologia românească, zâne bune care însă pot avea și forțe distructive, zeițe fecioare care cer ajutor noaptea în jurul solstițiului de vară și umblă pe pământ sau plutesc în aer, cântă și dansează, împart rodul holdelor?
4. Cine a scris romanul „Secerișul roșu"?
5. Ce pictor român (1880-1962) a pictat tabloul „Cosași odihnindu-se"?
6. Ce compozitor român (1877-1968) a compus piesa „La seceriș"?
7. Cine a realizat, în 1961, filmul „Vară și fum" („Summer and Smoke")?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Se pare că oaia a fost domesticită în jurul anilor 9000 1.Hr. în zona deluroasă nordică din Irak. 2) Lâna de aur a berbecului înaripat se găsea în Colhida. 3) Zeul egiptean Hnum avea cap de berbec. 4) Balada „Mioriței" a fost descoperită în 1850 de Alecu Russo, în timpul exilului său la Soveja. 5) Romanul „Ucideți oaia neagră" a fost scris de prozatorul Ryszard Klys. 6) Tabloul „Ciobănaș cu turma de oi" poartă semnătura lui Nicolae Grigorescu. 7) Filmul franțuzesc „Oaia cu cinci picioare" a fost realizat de regizorul Henri Verneuil.

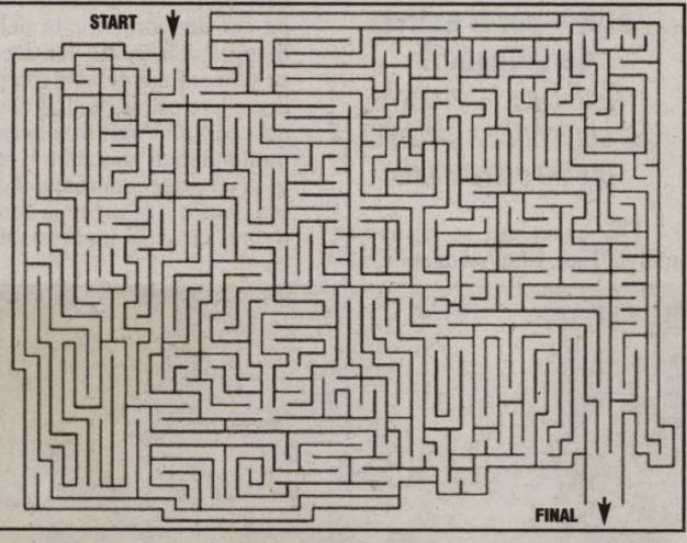
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Blesteme" am primit câte șapte răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***DIANA PETRESCU – Târgu Mureș.*** Desigur că internetul este o reală sursă de informare dar e bine să o completăm cu anumite noțiuni din dicționare de specialitate. Există pentru o mulțime de domenii: literatură, muzică, astronomie, mitologie etc. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Ficusul plângător

(Ficus benjamina)

● Este un copac înalt provenit din Munții Himalaya, India, Birmania, sudul Chinei și nordul Australiei. Are multe crenguțe aplecate și cu frunze ovale și alungite, lucioase, de culoare verde închis. Are un frunziș bogat și este foarte ramificat. Este des întâlnită ca plantă de interior.

● Se poate amplasa în locuri luminoase, dar nu direct în soare. Lipsa luminii va determina căderea frunzelor. Se poate replanta o dată la 2-3 ani.

● Tolerează aerul uscat și mediul cald spre răcoros. Nu suportă temperaturi sub 0 grade Celsius.

● Se udă regulat din primăvară până în toamnă. În sezonul rece se udă puțin. Dacă este udat sau fertilizat în exces își pierde toate frunzele.

● I se poate aplica îngrășăminte cu conținut scăzut în azot din două în două săptămâni, din primăvară până în toamnă. În rest nu este nevoie.

● Se înmulțește prin butași recoltați din vârful ramurilor și puși la înrădăcinat. Perioada bună de recoltat butași este din ianuarie până în martie.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Obiceiurile enervante ale fiecărei zodii

Fiecare semn zodiacal are cel puţin unul sau două obiceiuri care îi fac pe cei din jur să îşi încordeze nervii. Fără să îşi dea seama, unii nativi pot crea adevărate tensiuni în jurul lor prin felul în care se comportă. Haideţi să aruncăm o privire mai atentă asupra acestor obiceiuri.

BERBEC – pot fi şefi tot timpul!

Ce îi caracterizează? Prea autoritari.

Aceşti nativi pot deveni extrem de iritanţi, mai ales că nu doresc să facă niciun compromis. Uneori trebuie să îi lăsaţi să eşueze în termenii lor, deoarece nu sunt genul de oameni care ascultă vocea raţiunii. Trebuie să acţionaţi cu atenţie, mai ales că puteţi fi blamaţi pentru eşecul suferit.

TAUR – pot fi extrem de stângaci!

Ce îi caracterizează? Se comportă ca elefantul printre porţelanuri!

Da, exact aşa se comportă nativii Taur. Sunt stângaci şi nepăsători cu obiectele delicate, pe care adesea le distrug. Aceste lucruri se complică deoarece sunt curioşi şi doresc să atingă totul, iar adesea acest gest duce către rezultate dezastruoase. Dacă auziţi un zgomot puternic dintr-o bucătărie, puteţi pune pariu că acolo este un nativ Taur în acţiune. Dar au şi ei farmecul lor, nu?!

GEMENI – pot fi extrem de suciţi!

Ce îi caracterizează? Au toanele unei femei indecise!

Gândesc profund, sunt capabili să vadă o problemă din ambele părţi, dar uneori pot aduce pe cei din jurul lor la nebunie datorită nehotărârii lor. Deoarece sunt extrem de agili din punct de vedere psihic, nativii Gemeni nu văd nimic rău în a avea mai multe planuri sau chiar a renunţa la un proiect aproape îndeplinit, pentru a o lua de la zero. Ar trebui să aveţi maaare răbdare cu ei.

RAC – pot fi mofturoşi de la primele ore ale dimineţii!

Ce îi caracterizează? Indispuşi fără prea multe motive!

Nativii Rac pot deveni extrem de supăraţi doar pentru simplul motiv că le este somn. Atenţie la persoana care reuşeşte să îi trezească din somn la o oră nepotrivită. Iritarea îi poate însoţi întreaga zi. Uneori, tot ce puteţi face este să păstraţi o oarecare distanţă faţă de ei şi să încercaţi să îi înveseliţi.

LEU – pot fi extrem de lăudăroşi!

Ce îi caracterizează? Pot vorbi despre propria persoană zile în şir!

Mândrii şi lăudăroşi îi pot scoate pe cei din jur din sărite cu propriul comportament. Pentru a înrăutăţi lucrurile şi mai mult, tot ce fac este zgomotos: fie că mănâncă, vorbesc, dorm sau se uită doar la un film. Dacă cineva ar inventa o telecomandă ca să le putem reduce volumul sonorului, uneori nu ar mai deveni aşa de problematici.

FECIOARĂ – pot să se opună fără a avea un motiv întemeiat!

Ce îi caracterizează? Critici înnăscuţi!

Nativii Fecioară pot fi lipsiţi de tact indiferent de situaţie, ceea ce poate duce către un comportament taciturn a celor din jur. Problema vine de la faptul că au standardele ridicate şi că aşteaptă ca toată lumea, inclusiv ei înşişi, să le îndeplinească. Vor critica tot ce îi înconjoară. Dacă nu veţi putea să le aduceţi nişte critici constructive ca să-i reduceţi la tăcere, atunci puteţi să îi consideraţi un coşmar.

În numărul următor vom continua prezentarea obiceiurilor enervante ale celorlalte şase zodii.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ „Soarele artificial" va produce energie începând din 2035 ■ Misterioasele mumii ■ Fascinanta poveste a eunucilor din China ■ Miguel de Buria – sclavul devenit rege ■ Mistere antice ■ Grota Seokguram ■ Totul despre filmele de Oscar: Cowboy-ul de la miezul nopţii

Ce spun astrele

HOROSCOP

24-30 august 2020

BERBEC 21.03-20.04

Acum sunt încurajate relaţiile, interacţiunile sociale, sportul, romantismul şi activităţile distractive cu copiii. Energia de care dispuneţi nu este de neglijat. Vor fi posibile schimbări bruşte de situaţii.

TAUR 21.04-21.05

În aceste zile atrageţi mulţi bani pentru dumneavoastră pe care însă îi veţi cheltui repede pe lucruri frumoase. Vă concentraţi din nou pe familie, pe casă şi pe viaţa personală. O mică supărare vă scoate din ritm şi vă grăbiţi să rezolvaţi problema. Succes!

GEMENI 22.05-21.06

Sunteţi extrem de ocupaţi cu rezolvarea proiectelor pe care vă ambiţionaţi să le încheiaţi. Faceţi mici călătorii, citiţi, studiaţi, vorbiţi cu fraţii şi vecinii mai mult ca de obicei. Acum sunteţi foarte hotărâţi, motiv pentru care vă gândiţi la priorităţile pentru viitor.

RAC 22.06-21.07

Nu este stilul personal al nativilor Rac, dar ar trebui ca în aceste zile să nu treceţi cu vederea nevoile celor de lângă dumneavoastră. La sfârşitul săptămânii ceva neaşteptat vă poate afecta bunurile, câştigurile sau averea. Vă veţi strădui să rezolvaţi orice neplăcere.

LEU 22.07-22.08

Este un moment minunat să călătoriţi, să exploraţi şi să vă extindeţi orizonturile. La sfârşitul săptămânii ceva neaşteptat vă tulbură rutina. Fiţi calmi! Şi în momentele rele se pot întâmpla lucruri bune!

FECIOARĂ 23.08-22.09

Preferaţi să lucraţi singuri şi asta nu din motiv că sunteţi antisociali. În pauze vă veţi asocia cu cei mai tineri şi vă veţi inspira de la aceştia. Weekendul vă prinde într-o dispută despre o proprietate comună.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Sunteţi cei mai sociabili nativi dintre toate zodiile aşa că vă veţi relaxa în compania celor mai buni prieteni. Folosiţi-vă de îndemnul „Trăieşte momentul!" şi bucuraţi-vă de tot ce este frumos în jurul dumneavoastră.

SCORPION 23.10-21.11

Aceste zile sunt ideale pentru a îndeplini cât mai multe proiecte aflate pe lista de priorităţi. Evitaţi discuţiile despre politică, religie sau probleme rasiale. Aveţi răbdare cu cei din jur. Ascultaţi-le părerile şi abia după aceea puteţi trage concluzii.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

În ultima vreme, viaţa pentru dumneavoastră este ca o aventură, motiv pentru care doriţi să vi se întâmple ceva interesant. Vreţi să călătoriţi, să învăţaţi lucruri noi, să cunoaşteţi oameni şi să fiţi stimulaţi de idei inedite. Succes!

CAPRICORN 22.12-19.01

Relaţiile cu colegii de muncă sunt excelente, dar pe frontul de acasă se ivesc neplăceri care pot cauza mult haos. Este posibil să intraţi în conflict cu un prieten apropiat sau un partener, probabil din cauza unei neînţelegeri ce afectează un bun comun.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă respectaţi nevoia de mai mult somn şi de relaxare, deoarece funcţionaţi cu o energie mai mică. În ciuda energiei reduse, aveţi multe oportunităţi de distracţie. Amintiţi-vă că furia nu serveşte decât să-i faceţi pe cei din jur să se simtă mizerabil.

PEŞTI 19.02-20.03

Vă stabiliţi standardele personale ridicate şi vreţi să vă descurcaţi bine. O parte din energie se va consuma pe eforturile de a redecora casa şi pentru a termina ce aţi început. Atenţie la cheltuirea banilor pe care îi investiţi în obiecte de lux ce nu vă sunt chiar de folos.

Nativul săptămânii: **GUILLAUME APOLLINAIRE** (26.08.1880 – 09.11.1918)

A fost poet, prozator şi critic de artă. Acest nativ al zodiei Fecioară este un reprezentant notoriu al avangardei artistice de la începutul secolului XX, un reformator al limbajului poetic, precursor al suprarealismului.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
0213178965

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	7,50 LEI
❑ 2 LUNI	15,00 LEI
❑ 3 LUNI	22,50 LEI
❑ 4 LUNI	30,00 LEI
❑ 5 LUNI	37,50 LEI
❑ 6 LUNI	45,00 LEI

În atenţia abonaţilor!

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (70 euro sau 80 $, un abonament pe şase luni; 35 euro sau 40 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. „MAGAZIN" S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1512 ● ANUL LXIII ● 27 AUGUST 2020 ● 16 PAGINI ● 2,5 LEI Nr. 30 (3262)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Secretul menţinerii greutăţii

Dosarele frumuseţii

Ten luminos

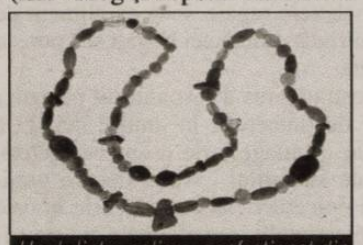
Descoperiri recente

Misterioasele mumii

Mumia unei adolescente egiptene

În luna aprilie a acestui an, o echipă de arheologi a scos la lumină la Luxor, un obiect neobişnuit: un sicriu străvechi. Dar surpriza a fost şi mai mare atunci când arheologii egipteni au descoperit în interiorul acestui sicriu mumia unei adolescente, împodobită cu bijuterii frumoase, inclusiv coliere din mărgele şi cercei din cupru, potrivit Ministerului egiptean pentru Turism şi Antichităţi. După cum transmite situl *LiveScience,* adolescenta avea în jur de 15 sau 16 ani când a murit, în timpul dinastiei a 17-a (între 1580 î.e.n. şi 1550 î.e.n.).

Echipa de arheologi spanioli şi egipteni a descoperit rămăşiţele mumificate, „în timp ce săpau într-o zonă deschisă din apropierea mormântului generalului Djehuty, aflat în slujba faraonului Thutmosis al III-lea (fiul vitreg şi nepotul faraonului



Unul dintre coliere, confecţionat din 74 de piese, lung de 61 centimetri

feminin Hatshepsut) în timpul dinastiei a 18-a", declara José Galán, directorul misiunii arheologice.

Deşi mumia s-a deteriorat de-a lungul mileniilor, restaurarea le-a readus şi bijuteriilor strălucirea de altădată. Este vorba despre doi cercei în spirală, acoperiţi cu o folie subţire de metal, posibil din cupru, precum şi două inele pe degete şi patru coliere plasate în jurul gâtului.

Un inel este confecţionat din os, în timp ce celălalt era din metal şi ţinea o perlă de sticlă albastră.

Cele patru coliere sunt legate împreună cu o agrafă din ceramică glazurată sau „faianţă". La fel ca inelele, fiecare colier este unic. Un colier lung de 70 centimetri este format din mărgele rotunde din ceramică, colorate de la albastru închis la albastru deschis, iar un alt colier, de 62 cm, este confecţionat din mărgele de faianţă verde şi de sticlă.

Al treilea colier poate fi considerat o comoară chiar şi după standardele de astăzi: are 61 cm lungime şi este alcătuit din 74 de piese, inclusiv perle de ametist, pietre semipreţioase de culoare brun-roşcat numite *carneol* (despre care egiptenii spuneau că aduce pace şi armonie, alungă depresia, ajută în vindecare, sporeşte curajul şi dezvoltă energiile sexuale), chihlimbar, sticlă albastră şi cuarţ, potrivit Ministerului egiptean de Turism şi Antichităţi. În fine, al patrulea colier confecţionat din mai multe şiruri de mărgele de faianţă, înnodate la ambele capete cu un inel.

În ceea ce priveşte sicriul, el are o lungime de 1,75 metri, a fost sculptat dintr-un trunchi de smochin, iar în momentul morţii adolescentei, a fost spălat şi vopsit în roşu *(foto sus).*

De asemenea, arheologii au găsit şi un alt sicriu, în miniatură, strâns legat cu sfoară, lângă mumia adolescentei. Când au deschis acest mic sicriu, arheologii au găsit o figurină funerară din lemn, cunoscută sub numele de *ushabti,* înfăşurată în patru bandaje de in. Figurina şi unul dintre bandaje au fost marcate în hieratică (scriere simplificată a hieroglifelor, folosită de preoţi) cu numele proprietarului: *Osiris, Djehuty.* Conform *Encyclopaedia Britannica,* „statuetele *ushabti* aveau menirea să acţioneze ca un substitut magic al proprietarului decedat atunci când zeii îi solicitau anumite sarcini în viaţa de apoi; cuvântul *ushabti* este de obicei tradus ca „răspunzător". În timpul Regatului Nou (1539-1075 î.e.n.), figurinele erau făcute să semene cu proprietarul mormântului, fiind concepute sub forma unei mumii pe care erau însemnate numele proprietarului".

Echipa de arheologi a găsit, de asemenea, o pereche de sandale din piele şi bile de piele legate cu o sfoară, datând tot din timpul celei de-a 17-a dinastii.

> „DESCOPERIREA RECENTĂ A UNOR MUMII ÎN EGIPT ARUNCĂ O LUMINĂ NOUĂ ASUPRA VIEŢII ŞI A UNOR RITUALURI STRĂVECHI EGIPTENE, CEL PUŢIN ASTA SUSŢIN CERCETĂTORII.

Mici mumii, surprize mari

Atunci când oamenii de ştiinţă au privit sub învelişul a două mici mumii egiptene antice despre care credeau că adăpostesc inimi umane, au fost total surprinşi: nu numai că nu existau inimi vizibile în interior, însă rămăşiţele nu erau nici măcar umane. Una dintre mumii era confecţionată dintr-un amestec de lut, nisip şi boabe de porumb, aşa-numita mumie de porumb sau de cereale, cealaltă păstra resturile unei păsări, eventual un şoim, căreia îi lipseşte o parte din corp şi mai multe organe, asta a fost, mai exact, ceea ce a descoperit dr. Marcia Javitt, şefa departamentului de radiologie de la Spitalul Rambam din Haifa, Israel, şi profesor adjunct de radiologie la Universitatea George Washington din Washington, D.C., cea care s-a ocupat de scanarea mumiei cu ajutorul tomografiei computerizate (TC) la sfârşitul lunii iunie.

Cele două mumii, amândouă plasate în sarcofage, au fost depuse la Muzeul maritim din Haifa de aproximativ 50 de ani, dar n-au atras atenţia, înregistrându-se doar că au ceva mai bine de 2.000 de ani vechime.

Înregistrările menţionau că ele conţin inimi mumificate, dar Ron Hillel, şeful managerial al colecţiei muzeului din Haifa nu pare a fi de acord.

Adesea, (dar nu întotdeauna) „inimile au fost lăsate în trupul mumiilor", amintea Hillel, deoarece „vechii egipteni credeau că atunci când oamenii mureau, inimile lor vor fi cântărite în contra balans cu o pană reprezentând *ma'at,* un concept egiptean care include adevărul şi dreptatea", transmite *Live Science* . „Dacă inima cântărea la fel sau mai puţin decât pana, acei oameni dobândeau viaţa veşnică; dacă nu, acestea urmau să fie distruse".

Scanările TC efectuate la Spitalul Rambam au scos la iveală faptul că în interior mumiile aveau conţinuturi foarte diferite. Mumia în formă de om, lungă de aproximativ 45 de centimetri, concepută să arate ca Osiris, zeul vieţii de apoi, al lumii de dincolo şi al morţilor, conţinea noroi şi boabe.

Practic, după cum spune Javitt, „nu sunt mumii adevărate, sunt artefacte".

Cealaltă mumie, o mumie în formă de pasăre, de aproximativ 25 cm lungime, reprezenta zeul Horus. Conform mitologiei Egiptului, Horus era fiul cu cap de şoim al lui Osiris şi Isis, o zeitate asociată cerului şi faraonilor.

Cu timpul, mumia păsării s-a deshidratat, măduva din oase s-a uscat, lăsând în urmă doar tuburi osoase delicate.

Pentru a analiza proprietăţile ţesuturilor, pentru a diferenţia ţesuturile moi de altele şi oasele,

Mumia zeului cu cap de şoim, Horus

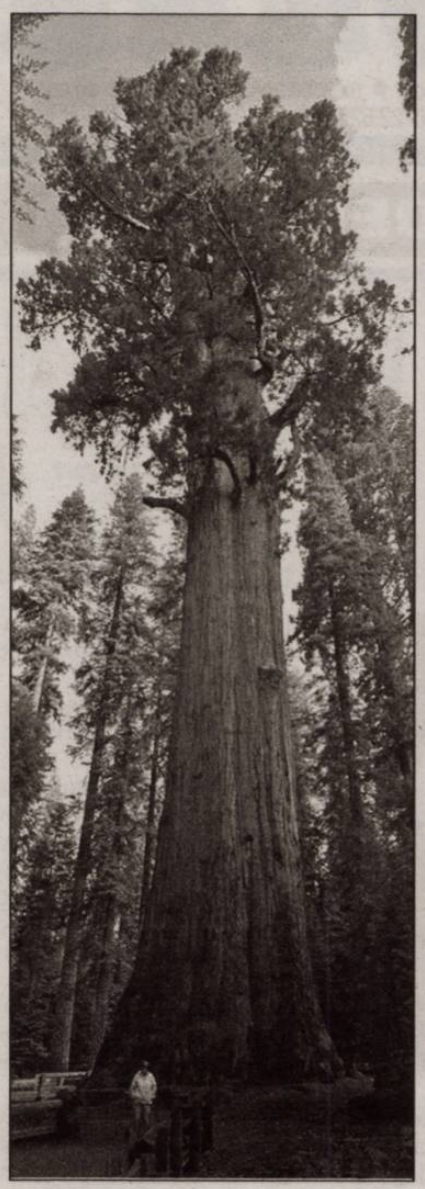
Javitt şi colegii ei au folosit un TC cu energie dual, care utilizează atât raze X normale, cât şi raze X mai puţin puternice.

Astfel, echipa a putut identifica diversele ţesuturi şi oase ale păsării, ajungând la concluzia că „gâtul păsării este rupt şi că păsării pare să îi lipsească unele dintre organele sale abdominale", deşi inima şi traheea par să fie prezente, mai spunea Javitt. Cercetătoarea speră ca mumiile să fie cât mai curând datate cu radiocarbon 14, astfel încât să poată fi determinată vârsta lor.

GEORGE CUŞNARENCU

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU-MUREŞ

Întoarcerea giganților preistorici



Una dintre cele mai mari specii de arbori de pe Terra, faimosul Sequoia, s-ar putea să execute un gen de migrație vegetală spectaculoasă și, mai ales, greu de anticipat până de curând.

Arborii Sequoia, unii dintre cei mai vechi de pe planetă, sunt – potrivit experților în genomuri forestiere – *„fosile vii, care ocupau teritorii vaste, cu zeci de milioane de ani înaintea dinozaurilor; este unul dintre organismele cele mai masive, cele mai înalte, cele mai longevive de pe Pământ”.*

Gigantul pădurilor are însă o particularitate care a împiedicat până în prezent plantarea sa în afara coastei pacifice a Statelor Unite, zona sa de creștere naturală: termofilia (preferința pentru temperaturile ridicate).

În acest context, pare aproape o utopie ideea ca uriașul arbore să fie adaptat condițiilor nu tocmai prietenoase din regiunea Siberiei și a Europei Occidentale. Provocarea este însă pe măsura gabaritului acestui copac. Pentru industria forestieră, se consideră că operațiunea respectivă ar însemna un beneficiu imens, și nu doar din perspectiva masei lemnoase remarcabile ce se poate obține de la un exemplar. Sequoia crește rapid, lemnul său nu se pretează la putrezire, iar scoarța, practic, nu arde!

Prin urmare, tentativa despre care vorbim se referă la adaptarea lui la regimul climatic specific continentului nostru. Pentru testarea acestei posibilități, o echipă internațională de cercetători au cultivat pui de Sequoia în camere climatice unde se simulează tempe-

ratura, lumina și umiditatea predominante în sezonul rece, în anumite regiuni ale Germaniei.

Expertul Konstantin Krutovski, de la Universitatea federală a Siberiei a apreciat că din ce în ce mai multe zone vest-europene și din Rusia pot deveni adaptate la cultura acestui arbore, în condițiile încălzirii climatice, dar și datorită selecționării de către cercetători a unor clone rezistente la ger.

Celule care vibrează la emoții

La Universitatea Harvard s-a derulat un studiu inedit, având scopul de a înțelege comportamentele celulelor pielii, care sunt înconjurate de numeroase alte tipuri de celule, la interfața dintre corpul nostru și lumea exterioară.

La baza fenomenului se află, așadar, frigul, care declanșează trimiterea unui semnal nervos, iar nervul contractă mușchiul, provocând „pielea de găină”. Cercetătorii au observat că nervul simpatic și mușchii, respectiv celulele sușe ale pielii interacționează, cel dintâi stimulând totodată creșterea părului, în special în condiții de frig.

Menționăm că sistemul nervos simpatic face parte din sistemul nervos vegetativ și este responsabil de așa-numita reacție *fight or flight* (noi am spune „luptă sau fugi”), adică reacția în cazul unui pericol mare. Studiile vor continua pentru a se afla cum anume acționează celulele sus-menționate în procesele de reparare a pielii, cum ar fi cicatrizarea rănilor.

Un detaliu interesant, legat de „pielea de găină”, rămâne însă într-o zonă de penumbră: de ce se declanșează același fenomen – nu la stimuli de temperatură, ci la trăirea unor emoții speciale, precum ascultarea unei bucăți muzicale, vizionarea anumitor scene de film sau de teatru, atingerea unei ființe iubite și așa mai departe.

Despre accente

Să vorbim corect!

În general accentuarea cuvintelor nu pune probleme vorbitorilor de limbă română dar există și situații în care acestea capătă un accent ceva mai fistichiu.

În afara unora pe care, în mod ciudat vorbitorii le accentuează greșit, de multe ori multiplicând numărul de silabe, există și altele, a căror accentuare greșită este absolut inexplicabilă.

Din prima categorie fac parte substantive ca leucă (pronunțat le-*u*-că în loc de *leu*-că) sau bojdeucă (pronunțat boj-de-*u*-că în loc de boj-*deu*-că). Pe cei care declară că așa au învățat ei îi contrazicem și îi îndemnăm să se uite în dicționare, chiar în unele foarte vechi.

Din cea de a doua categorie pot fi menționate cuvintele pronunțate pre/*ve*/dere, *vec*/tor, pre/*ca*/uți, ca/*rac*/ter, pata/*la*/mă, beje/*ni*/e în loc de preve/*de*/re, vec/*tor,* preca/*uți,* carac/*ter,* patala/*ma.*

Tuturor acestora le amintim că cel mai bun prieten și sfătuitor ne rămâne tot dicționarul care ne va înlătura pe loc orice îndoială. *(I.S.)*

Dulcețurile lui Nostradamus

Nu e nicio eroare la mijloc: faimosul prezicător, vizionar, medic, cabalist, cunoscut sub numele scurt de Nostradamus (în realitate – Michel de Nostredame) nu se ocupa doar cu stihuirea unor viziuni futurologice, ci se spune că era foarte priceput și... la prepararea dulcețurilor și prăjiturilor. Povestea savuroaselor preparate cu care mulți se delectează, în special la micul-dejun, este însă mult mai veche.

Primele scrieri cunoscute despre dulceață au fost redactate de istoricul și naturalistul roman Plinius cel Bătrân, în anul 73 î.Hr. În epoca respectivă, era vorba, în special, despre fructe fierte în miere, produsul final fiind întins pe pâine și consumat astfel. Alte metode de preparare erau fie prin fierbere în vin, fie prin macerare în sirop a fructelor mărunțite.

În Europa, dulceața a ajuns abia în perioada Cruciadelor, după ce beligeranții creștini au adus de la arabi trestia de zahăr și diverse dulciuri deloc cunoscute pe bătrânul continent. Ceea ce azi, la noi, se numește dulceață, în Evul Mediu purta un nume cu etimologie foarte interesantă, extinsă până în zilele noastre, dar spre cu totul alte domenii: *electuarium,* din latinescul *electus* – „ales”, „excelent”, dar și din greaca veche, unde *eklehein* însemna „a linge”. Produsul era considerat „medicament intern”, foarte apreciat la banchetele regale, însă ca aliment de lux, întrucât numai cei bogați și-l puteau permite.

Nostradamus a fost autorul primelor rețete de dulcețuri. În anul 1555, el a realizat o culegere de asemenea rețete, adunate sub titlul „Tratat despre prăjituri și dulcețuri”, în care descrie în cele mai mici detalii ingredientele și ustensilele necesare preparării dulcețurilor ca medicament.

Rețetele se bazau preponderent pe fructe, însă uneori sunt indicate și diverse plante. Mai târziu, în secolul al XIX-lea, zahărul de trestie a fost înlocuit cu cel obținut din sfeclă, mult mai ieftin, deoarece nu era adus din afara Europei. Totuși, dulcețurile au rămas cel puțin la fel de savuroase!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin” este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerțului București sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: București sector 1, Piața Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Președintă
GEORGE CUȘNARENCU – Administrator
NICUȘOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACȚIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacție: Gabriela Nițu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicușor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, București

COLEGIUL DE REDACȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Președintă a Consiliului de Administrație
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUȘNARENCU
Redactor-șef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piața Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

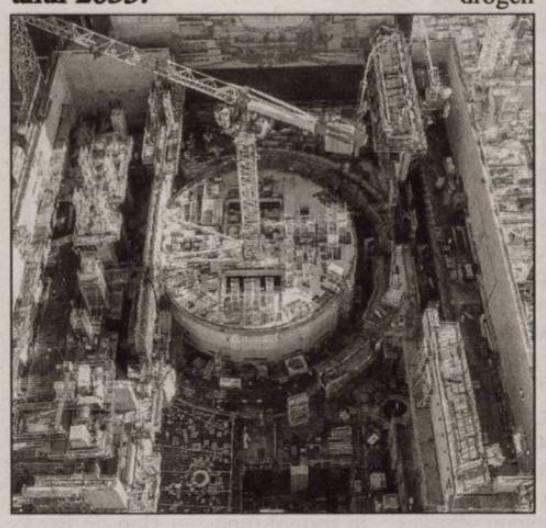
Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material și din punct de vedere juridic, pentru exactitatea și corectitudinea celor relatate. Revista își declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN”
Gabriela Nițu, Rodica Nițu

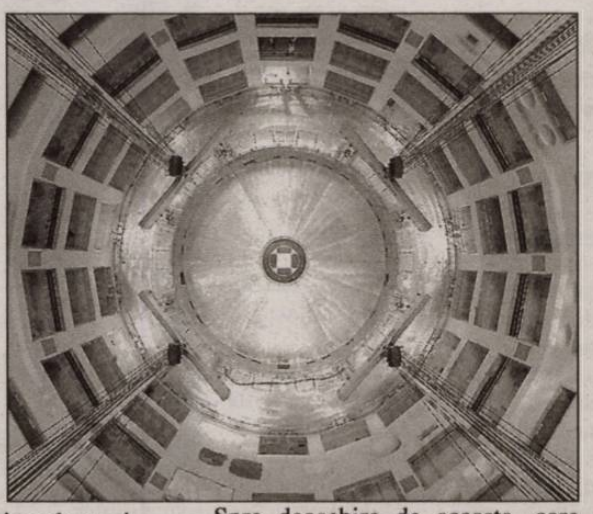
Tiparul:
TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

„Soarele artificial” va produce energie începând din 2035

Cel mai mare proiect mondial de creare a fuziunii nucleare, care va replica reacțiile din Soare pentru a produce energie „sută la sută curată” a început deja să fie pus în practică în Franța. Localizat în Provence, Reactorul Experimental Termonuclear Internațional – sau ITER – ar putea începe să furnizeze energie din anul 2035.



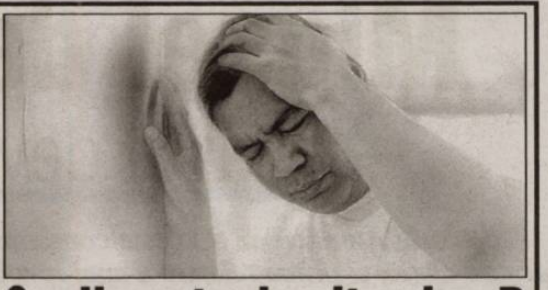
Energia generată de fuziune funcționează prin coliziunea între atomii grei de hidrogen, spre a forma heliu – proces însoțit de eliberarea de vaste cantități de energie, așa cum se întâmplă în mod natural în centrul stelelor. În asemenea „furnale stelare”, gravitația împiedică tendința atomilor de hidrogen încărcați electric de a se respinge unii pe alții – ca două capete pozitive ale unui magnet.



Dar la ITER procesul va fi realizat prin crearea unui inel de gaz încărcat electric și extrem de fierbinte, numit plasmă – atingând aproape 15 milioane grade Celsius – care va fi fixat de magneți. Pentru aceeași cantitate de combustibil, fuziunea produce de patru ori mai multă energie decât o centrală atomo-electrică convențională, care utilizează reacții de fisiune nucleară.

Spre deosebire de aceasta, care implică producerea de deșeuri radioactive sau riscul unor explozii distrugătoare, fusiunea, denumită „un miracol pentru planeta noastră” folosește combustibil ușor de găsit și asigură o energie ieftină, sigură și curată.

La proiect colaborează șapte parteneri internaționali – Uniunea Europeană, China, India, Japonia, Rusia, Corea de Sud și SUA. ITER a fost propus în 2006, dar din cauza constrângerilor bugetare și, mai recent, a restricțiilor impuse de pandemie, nu a putut fi demarat decât acum.



Suplimente de vitamina D și calciu contra vertigo

Numită științific „vertigo pozițional paroxismal benign” (BPPV), amețeala reprezintă o tulburare a urechii interne care face viața un coșmar multor persoane. Practic, fiecare mișcare a capului produce senzația de rotire într-un carusel, iar fiecare atac poate dura până la un minut, fiind adesea însoțit de stare de greață.

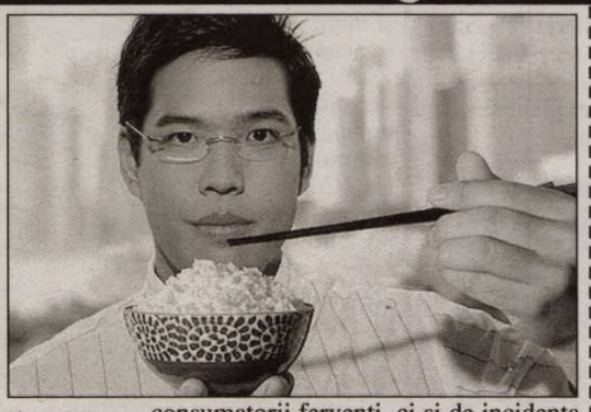
La ora actuală, pentru tratarea acestui tip de vertij medicii recomandă o serie de mișcări ale capului pentru a ajuta la repoziționarea acelor particule minuscule din urechi care creează neplăcuta senzație – însă simptomele sunt de cele mai multe ori recurente.

O posibilă soluție mai eficientă ar putea fi administrarea de două ori pe zi de suplimente cu vitamina D și calciu, substanțe care și-au dovedit eficicacitatea în cazul vertigo, cum rezultă dintr-un studiu efectuat în Coreea de Sud.

Neurologul Ji-Soo Kim, de la Colegiul de Medicină al Universității Naționale Seul, a recrutat peste 950 de pacienți cu BPPV tratați anterior prin tehnica mișcărilor capului. Jumătate dintre aceștia au continuat să practice tehnica, cealaltă jumătate a primit vitamina D și calciu în diverse cantități, de două ori pe zi. În medie, aceștia din urmă au suferit, în anul ce a urmat, mai puține crize de vertigo decât cei din grupul martor – 38% față de 47%.

Orezul poate duce la boli cardiovasculare grave

Deși reprezintă hrana de bază pentru sute de milioane de oameni de pe planetă, orezul poate fi un pericol nevăzut, din cauza concentrației tot mai mari de arsenic din erbicide. Periculosul element chimic există în mod natural în sol și se găsește în cantități mai mari în zonele unde au fost folosite erbicide sau apă încărcată cu toxine, în scop de irigații.



Cum orezul este cultivat pe câmpuri irigate, acest lucru atrage arsenicul din sol, în apă, de unde este absorbit de plantă. Există multe plante vulnerabile la acest fenomen, dar dintre toate orezul este cel mai periclitat, deoarece arsenicul imită alte substanțe chimice pe care planta le absoarbe prin sistemul ei radicular, permițând toxinelor să-i depășească barierele defensive.

Orezul este considerat răspunzător nu doar de creșterea de până la șase ori a riscului de moarte prin infarct, pentru consumatorii fervenți, ci și de incidența sporită a cancerelor digestive și hepatice la aceste persoane.

Se estimează că pe plan global, arsenicul din orez s-ar face vinovat de decesul prematur a peste 50.000 de persoane anual. Iar specialiștii de la Universitatea Washington, SUA, susțin că încălzirea globală nu va face decât să accentueze fenomenul, astfel încât cantitatea de arsenic din orez se va tripla până la sfârșitul secolului. Ei au făcut testări pentru orezul crescut la temperatura medie actuală (25ºC), dar și la temperaturi de 28ºC și 33ºC, pentru a reproduce cât mai bine climatul potențial din anul 2100.

Evident, oamenii de știință nu susțin că ar trebui să evităm acum tot orezul, întrucât acesta aduce numeroase beneficii pentru sănătate, datorită conținutului ridicat de fibre, ci doar să optăm pentru un consum mai redus și să ne orientăm pentru varietăți cu niveluri scăzute de arsenic, precum basmati, în locul orezului integral.

O erupție vulcanică a prăbușit Republica Romană?

Orice elev de gimnaziu știe astăzi că Republica Romană a fost înlocuită de Imperiu atunci când, după moartea lui Cezar, ambițiile lui Octavian au generat un pustiitor război civil, soldat cu instaurarea unei forme de monarhie cum lumea antică nu mai văzuse.

Se pare însă că un rol aparte în evoluția lucrurilor ar fi avut și natura – mai precis erupția catastrofală a unui vulcan din Alaska, care a declanșat un veritabil „șoc climatic” de partea cealaltă a lumii.

Erupția vulcanului Okmok, situat pe o insulă din Alaska, s-a produs în anul 43 î.e.n. și a trimis în atmosferă milioane de tone de particule de cenușă, care au răcit considerabil planeta, diminuând radiația solară. Valul de frig declanșat astfel s-a abătut și asupra bazinului Mediteranei, provocând a doua cea mai rece vară din ultimii 2.500 de ani.

De altfel, surse antice din perioada asasinării lui Cezar (44 î.e.n.) amintesc de o perioadă neobișnuit de friguroasă, soldată cu compromiterea culturilor, foamete, molime și tulburări sociale în zona mediteraneană. Acești factori au provocat o penurie alimentară gravă la Roma, soldându-se cu sfârșitul Republicii și instaurarea Principatului.

Descoperirea se bazează pe analiza chimică a cenușii vulcanice sau „tefra”, găsite în mostrele de gheață extrase din zona arctică, din Groenlanda până în Rusia. Toate cele șase mostre analizate demonstrau că în anul 43 î.e.n. s-a declanșat o erupție vulcanică masivă, care a continuat să emită timp de doi ani lavă, cenușă și dioxid de sulf.

Această substanță a fost ejectată în stratosferă, unde a fost convertită în minuscule particule de aerosoli sulfați, risipiți ulterior de vânturi în întreaga emisferă nordică. Aici, temperatura a scăzut în verile anilor 43 și 42 î.e.n. chiar și cu 7 grade Celsius, iar precipitațiile au atins niveluri cu 400% peste normal, provocând inundații și distrugerea culturilor agricole.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Miguel de Buria
– sclavul devenit rege

În istoria Americii de Sud este consemnată, printre altele, şi prima relatare a unei revolte de sclavi din Lumea Nouă. Această rebeliune a fost legată de numele lui Miguel de Buria, un sclav care nu doar că şi-a recâştigat libertatea în urma conflictului, ci a cucerit şi inimile tuturor sclavilor sud-americani de după el.

Puţinele relatări istorice care există sugerează că Miguel s-ar fi născut undeva pe la 1510. Despre originile sale se cunosc puţine lucruri, cu excepţia faptului că era un sclav africant creştinat adus în Venezuela din San Juan, Puerto Rico, de către conchistadorul Damien del Bario pentru a munci la minele de aur din San Felipe de Buria, pentru tot restul vieţii, ca atâtea alte mii de sclavi.

Dar Miguel nu s-a împăcat cu această situaţie şi, profitând de nemulţumirea generală a sclavilor faţă de regimul de teroare şi opresiune la care erau supuşi, a declanşat o revoltă, având şi sprijinul triburilor locale Jirajara. Administratorii minelor şi stăpânii de sclavi au fost ucişi, iar răzvrătiţii şi-au organizat aşezări numite „cumbe" în munţii Cordillera de Merida.

În fruntea acestui stat neoficial s-a impus Miguel, care s-a proclamat rege şi a domnit după obiceiurile africane întâlnite în copilărie, înainte de a fi luat în sclavie. El a instituit reguli draconice privind ordinea şi disciplina şi curând sute de sclavi au început să fugă din minele de metale preţioase, dar şi de pe plantaţiile de indigo, zahăr sau cacao (se estimează că în Venezuela trăiau, la acea dată, circa 100.000 de sclavi negri) pentru a trăi în acest prim „stat" liber din America de Sud.

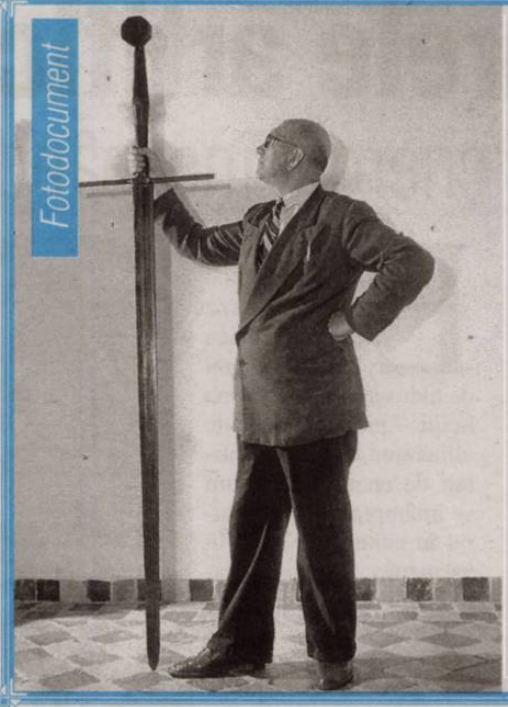
Dar, deşi aşezările în care sclavii fugiţi se stabiliseră erau adăposturi sigure, zona aridă şi muntoasă împiedica furnizarea de alimente, aşa că supuşii „regelui Miguel" s-au văzut nevoiţi să atace plantaţiile coloniale din zona de sub munte. Tensiunile create au determinat administraţia colonială spaniolă să intervină.

Se estimează că Miguel dispunea de o forţă de 1.500 de sclavi africani eliberaţi, mulatri, metişi sambo şi nativi Jirajara. „Regatul" său se întindea pe câteva sute de kilometri pătraţi, în jurul actualului oraş Barquisimeto şi se sprijinea pe fortificaţii naturale din stâncă, uşor de apărat în cazul unui asalt. Miguel a domnit aici ca un rege, având ca regină tot o sclavă eliberată, Guiomar, şi chiar şi un prinţ moştenitor.

Adoptând tacticile de gherilă ale indienilor Jirajara, oamenii regelui Miguel au dat lovituri crâncene spaniolilor, ucigând însă nu doar stăpâni de sclavi şi militari, ci şi preoţi şi colonişti. Exasperată, administraţia spaniolă l-a trimis în regiune pe căpitanul Diego de Losada, care în 1555 a atacat regatul Buria cu trupe bine înarmate. După numeroase ciocniri minore, asaltul final asupra cetăţii de stâncă a sclavilor eliberaţi s-a încheiat odată cu uciderea lui Miguel, de către o lovitură de arbaletă, în toiul luptei.

A urmat o veritabilă vânătoare de oameni şi toţi bărbaţii prinşi au fost executaţi în aceeaşi zi. Femeile şi copiii – inclusiv Guiomar şi fiul ei – au fost trimişi să muncească înapoi pe plantaţii. Moştenirea regatului liber al lui Miguel de Buria avea să inspire însă revolte ulterioare, iar triburile Jirajara vor reuşi în cele din urmă să-i determine pe spanioli să abandoneze plantaţiile şi minele din regiune.

Fotodocument



Sabia unui uriaş

Deşi pare mai curând un obiect ornamental, această sabie, lungă de 2,13 m, a fost cândva folosită. Ea i-a aparţinut legendarului lider rebel din Frizia, Pier Gerlofs, supranumit „Grutte Pier" (Pier cel Mare), care avea o înălţime de circa 2,20 m, potrivit mărturiilor contemporane. Sabia poate fi admirată astăzi la Muzeul Friziei din Leeuwarden, Olanda.

Fascinanta poveste a eunucilor din China

Curtea Interioară a Oraşului Interzis din Beijing a constituit vreme de secole punctul focal al guvernării Chinei. Aici, în afara împăratului, niciun alt bărbat nu putea rămâne prea mult, iar oficialii, militarii şi chiar rudele de sex masculin ale suveranului trebuiau să părăsească palatul peste noapte. Singurii acceptaţi erau cei consideraţi impotenţi sexual prin castrare: eunucii.

În China, castrarea era nu doar una dintre Cele Cinci Pedepse, prevăzute în sistemul penal, ci şi o modalitate mult râvnită de a obţine o slujbă în serviciul imperial. Încă din vremea dinastiei Han eunucii administrau afacerile imperiului şi mulţi ajungeau să acumuleze bogăţii fabuloase, exercitând o puternică influenţă asupra împăraţilor. Cum ei nu puteau avea copii, nu erau consideraţi un pericol pentru dinastie, astfel că erau singurii bărbaţi a căror prezenţă era tolerată chiar şi în haremul imperial, care reunea uneori mii de concubine.

Adesea, în cronicile chineze şti, eunucii sunt portretizaţi ca fiind personaje malefice – ceea ce, în cazul unora dintre ei, precum Zhao Gao, sfetnicul legendarului prim împărat al Chinei, Qin Shi Huang, pare să fie adevărat. După moartea temutului suveran, Gao a uneltit pentru uciderea moştenitorului aparent, prinţul Fusu, instalându-l pe tron pe Huhai, fiul mezin al împăratului, un tânăr imatur, care a domnit ca o marionetă a puternicului eunuc.

În momentul în care a izbucnit o răscoală în China, Gao l-a determinat pe împărat să se sinucidă şi apoi l-a instalat pe Ziying, fiul lui Fusu, în fruntea imperiului. Acesta s-a dovedit însă mai viclean decât precedesorii săi şi, odată ajuns pe tron, a poruncit ca malefic eunuc să fie executat. Dar, în ciuda reputaţiei negative dobândite de eunucii chinezi de-a lungul secolelor, nu toţi au avut un rol nociv.

Unii au contribuit chiar la dezvoltarea culturii chineze. De pildă hârtia a fost inventată în timpul dinastiei Han de Est de un eunuc pe nume Cai Lun. Chiar şi celebrul amiral Zheng He, care a comandat flota imperială în călătorii de explorare prin sud-estul Asiei, India, Persia şi estul Africii – şi se spune că ar fi ajuns şi pe coastele Americii – era eunucul împăratului Yongle din dinastia Ming. În plus, eunucii şi-au adus importante contribuţii la dezvoltarea muzicii de curte din China şi împăratul Qianlong (1735-1798) din dinastia Qing a organizat o orchestră din eunuci pe care i-a îmbrăcat în costume europene şi i-a dotat inclusiv cu peruci, punându-i apoi să cânte muzică de cameră apuseană!

Sfârşitul dinastiei Qing, la începutul secolului XX, a pus capăt sistemului imperial chinezesc, dar şi folosirii eunucilor. În 1924, ultimii 1.500 de eunuci au fost alungaţi din Oraşul Interzis. Ultimul eunuc imperial, Sun Yaoting, a murit în 1996, punând astfel capăt unei practici străvechi, care s-a întins de-a lungul câtorva milenii.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

27 august 1896

A avut loc cel mai scurt război din istorie

Puţin cunoscut şi studiat, chiar şi de către istorici, conflictul dintre Marea Britanie şi Zanzibar, de la sfârşitul secolului XIX, este considerat cel mai scurt război din istorie, durata lui fiind cunoscută cu maximă precizie: a durat exact 38 de minute. Disputa s-a produs pe fondul rivalităţii coloniale dintre britanici şi germani.

În 1890, cele două mari puteri europene îşi delimitaseră sferele de influenţă în estul Africii, mutare în urma căreia Germania a primit controlul asupra Tanzaniei, iar Marea Britanie asupra Zanzibarului, pe care l-a declarat protectorat. În fruntea noului protectorat a fost numit în 1893 sultanul Hamad bin Thuwaini, un anglofil convins.

Dar, după numai trei ani de domnie, suveranul a murit subit, otrăvit probabil din porunca vărului său, Khalid bin Barghash. Fără să mai aştepte aprobarea britanicilor, Khalid s-a proclamat sultan şi a adunat în jurul palatului său 3.000 de oameni bine înarmaţi cu arme de foc, plus câteva tunuri dăruite de britanici predecesorului său. Temându-se că situaţia ar putea escalada, ambasadorul britanic pe insulă, Basil Cave, i-a cerut autoproclamatului monarh să abdice şi a ordonat militarilor britanici aflaţi la bordul celor două nave de război din port, HMS Philomel şi HMS Rush, să debarce pentru a proteja sediul ambasadei.

Alte trei nave militare au intrat în port până pe 26 august, una dintre ele avându-l la bord pe contraamiralul Harry Rawson. Cave a cerut instrucţiuni de la Londra şi a fost autorizat să ia „toate măsurile impuse de situaţie". Cum Khalid a refuzat să abdice, la ora 9 AM a zilei de 27 august, Rawson a dat ordinul de atac. La 9.02 AM apărarea Zanzibarului era distrusă, iar sultanul a fugit din palatul bombardat. La ora 9.40 AM, tirurile de artilerie au încetat, sultanul acceptându-şi înfrângerea.

El s-a refugiat în Tanzania germană şi a fost capturat abia în 1916, fiind exilat pe insula Sfânta Elena (ca şi Napoleon Bonaparte), de unde a fost eliberat peste câţiva ani, murind în estul Africii în 1927.

E bine de ştiut

Betacarotenul, pigment galben-portocaliu prezent în multe fructe şi legume pe care organismul îl transformă în vitamina A, este un nutrient important pentru funcţionarea sistemului imunitar.

Este, de asemenea, un antioxidant puternic care protejează celulele de deteriorarea radicalilor liberi. E bine de ştiut că radicalii liberi sunt molecule instabile care apar ca produse ale metabolismului celular şi atacă integritatea celulelor corpului.

În afara morcovului, leguminoasa cea mai

Betacarotenul şi protejarea celulelor

cunoscută depozitară de betacaroten, acesta se mai găseşte în salată verde, spanac, cartof dulce, broccoli, pepene galben, dovleac, ficat de curcan sau de vită.

Fiecare masă poate deveni un „curcubeu de sănătate" dacă alegeţi legume şi fructe cât mai divers colorate. În afară de betacaroten există şi alte carotenoide care aduc beneficii numeroase sănătăţii şi sistemului imunitar. Este vorba despre luteina din gălbenuşul de ou sau licopenul din fructe roşii, din pepene verde sau din roşii. Cercetătorii au descoperit că efectul benefic al acestor carotenoide în consolidarea sănătăţii şi în prevenirea cancerului este datorat coexistenţei vitaminelor şi mineralelor în respectivele alimente.

De făcut încă două menţiuni. Prima: suplimente sau inferioare ca valoare alimentelor. Şi, a doua remarcă: diversificarea dietei cu alimente bogate în vitamine şi minerale reglează apetitul şi favorizează slăbirea.

Dr. ANDY ANDREI

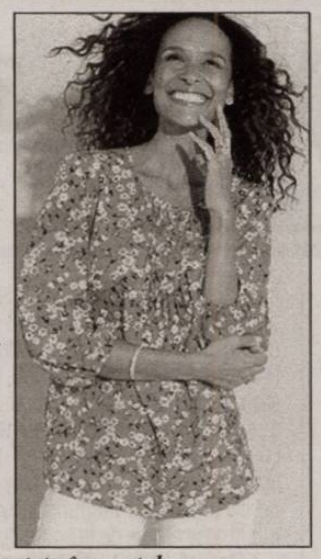
Tunica ideală

Tunica, obiect vestimentar inclus între vedetele modei verii, este ideală de îmbrăcat indiferent de vreme. Este confortabilă chiar şi pe caniculă. Lungă sau scurtă, important este de ales întotdeauna mărimea potrivită, pentru a nu „înota" într-un model prea amplu. Şi nu trebuie ignorată conformaţia corpului.

Tunica ideală pentru siluetele în V – adică umeri mai „largi" decât şoldurile – este cea cu mâneci lungi sau trei sferturi, dacă braţele sunt prea musculoase. Preferaţi culori închise pentru a „ameliora" mărimea bustului. Puteţi opta pentru un model fluid, o tăietură dreaptă, cu guler în V sau asimetric. Se poartă cu un pantalon fluid.

În cazul morfologiilor în A – şolduri mai „largi" decât umerii –, preferaţi modele fluide, lungi, cu cordon. Mizaţi pe dantele, dungi verticale pentru a alungi silueta.

Tunica perfectă pentru femeile cu silueta în H – cazul celor cu umeri şi şolduri la acelaşi nivel şi talie puţin marcată – este cea care structurează şi feminizează ţinuta. Pentru a pune în valoare bustul optaţi pentru tunici cu cordon pe şolduri sau purtate în pantalon.



Sunteţi rotunjoară? Alegeţi o tunică din material fluid, bumbac sau jerse, muselină de mătase, care „cade" bine pe şolduri.

Dacă aveţi şansa unei conformaţii în 8 – cu şoldurile şi umerii egale şi talia foarte fină – purtaţi tunici din materiale fluide, in, bumbac sau mătase, cu decolteuri în V, rotund sau pătrat şi, eventual, mâneci bufante.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Secretul menţinerii greutăţii

Este un lucru ştiut că mai ales în prag de vară fiecare a experimentat diverse diete, adesea întâlnite online, pentru a ajunge la o siluetă perfectă. Numai că doar 20% dintre cei care au slăbit masiv reuşesc să se menţină pe termen lung. Restul de 80% fluctuează sau ajung chiar să se îngraşe şi mai mult.

Menţinerea greutăţii este de fapt cheia unui program de slăbit. Odată ce pacientul a ajuns la silueta dorită, puterea motivaţiei începe să scadă şi disciplina este înlocuită de satisfacerea poftelor culinare. Dr. nutriţionist Cristian Panaite, fondatorul Clinicii de Nutriţie KiloStop, menţionează câteva „trucuri" din metoda de menţinere a greutăţii dobândite.

Consolidarea greutăţii obţinute în urma unei diete presupune de fapt dezvoltarea unui stil de viaţă sănătos.

● Astfel, se recomandă consumul carbohidraţilor până la ora 16.00.

● Hidrataţi-vă corespunzător. De multe ori confundăm senzaţia de foame cu nevoia de hidratare.

● Alegeţi sănătos. Fie că e vorba de gustări, garnituri sau băuturi, învăţaţi să alegeţi ce este mai bine pentru organismul dumneavoastră.

● Alegeţi să vă satisfaceţi poftele. Important este să nu exageraţi, să existe un echilibru. Multe persoane consideră că pot ajunge la greutatea dorită sau că se pot menţine ţinând cont doar de alimentaţie.

Dacă doriţi să slăbiţi repede şi eficient, mişcarea este una dintre cheile succesului. Beneficiile pe care activitatea fizică le are asupra sănătăţii sunt imense. În privinţa menţinerii greutăţii dorite este interesant de cunoscut relaţia mişcare-calorii consumate.

Astfel, o persoană de 73 de kg dacă alege să meargă cu rolele va consuma 548 de calorii pe oră. O plimbare de o oră conduce la pierderea a 220 calorii. Dacă mergeţi cu bicicleta cu o viteză de 9 km/h veţi pierde 270 de calorii pe oră.

Mult mai multe calorii se consumă prin alergare pe scări (657 de calorii pe oră) sau prin înot (715 calorii pe oră).

Când vreţi să alegeţi un anume tip de mişcare e motivant să aveţi aceste informaţii.

Dosarele frumuseţii

Ten luminos

Întrebată cum ar trebui să arate machiajul acestei veri dominată de obsesia Covid-19, Morgane Denia, artist make-up din Franţa, îndeamnă femeile „să se joace cu culorile, să opteze pentru texturi cremoase şi să-şi protejeze pielea de soare. Apoi, în condiţiile purtării unei măşti din cauza crizei actuale de sănătate ar trebui pariat pe machiajul ochilor".

Fardurile cu texturi cremoase şi iluminarea sunt esenţiale în această vară pentru a avea un ten proaspăt şi luminos. „Nu ignoraţi protecţia solară, spune Morgane Denia, esenţială pentru a vă proteja pielea de petele brune şi de îmbătrânire.

Îndrăzniţi să folosiţi un machiaj strălucitor şi un joc de lumină care presupune crearea de zone luminoase pe anumite părţi ale feţei". Rezultatul? Un ten proaspăt şi luminos.

Gastronomice

Salată de cuşcuş cu omletă

200 g cuşcuş, 4 ouă, 4 cepe, 1 dovlecel, 3 roşii, 3 linguri suc de lămâie, 5 linguri ulei de măsline, o legătură mărar, o legătură pătrunjel, 2-3 frunze mentă, 2 fire de busuioc, sare, piper.

Puneţi cuşcuşul într-o salatieră. Acoperiţi-l cu apa rece şi scurgeţi imediat. Adăugaţi şi grişul în salatieră şi amestecaţi cu furculiţa. Stropiţi-l cu sucul de lămâie şi 4 linguri ulei de măsline. Puneţi roşiile şi dovlecelul tăiat cubuleţe, ceapa tocată mărunt şi verdeaţa mărunţită. Presăraţi sare şi piper după gust, acoperiţi cu o folie de plastic şi băgaţi la frigider timp de 4 ore. Bateţi ouăle într-un bol cu sare şi piper. Încălziţi o jumătate de lingură de ulei într-o tigaie mică. Coaceţi jumătate din compoziţie pe ambele părţi. Coaceţi şi a doua omletă din restul compoziţiei. Lăsaţi să se răcească, apoi tăiaţi cubuleţe omletele. În momentul servirii, verificaţi asezonarea grişului, încorporaţi omleta şi presăraţi totul cu busuioc.

Prăjitură cu piersici şi ciocolată

170 g făină, 40 g amidon de porumb, 100 g ciocolată amăruie, 200 g unt, 125 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, 30 g cacao, 4 ouă, praf de copt, 4 piersici mari, sare, 50 g ciocolată amăruie (pentru decor).

Se pune untul moale în vasul mixerului, se adaugă zahărul, zahărul vanilat, sarea şi se mixează, la viteza medie, până se obţine o compoziţie cremoasă. Se adaugă ouăle, unul câte unul. Ciocolata se topeşte la bain-marie şi se lasă să se răcească. Atenţie, ciocolata trebuie să fie încă lichidă. Apoi se adaugă în crema de unt şi se mixează în continuare, la viteză medie. Se amestecă făina, amidonul, praful de copt, cacaua şi se cerne apoi direct în aluatul prăjiturii. Două piersici se taie în cubuleţe mici şi celelalte două se taie în feliuţe potrivite. Cubuleţele se pun în aluat, iar feliile de piersică se folosesc pentru a orna prăjitura. Aluatul se toarnă într-o formă tapetată cu unt şi făină şi se ornează cu feliile de piersică oprite. Se coace prăjitura, aproximativ 30 de minute la foc potrivit. Când este gata se lasă să se răcească, apoi o putem pudra cu zahăr farin sau cu 50 g ciocolată amăruie topită.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN – întrebări şi răspunsuri

Pe 13 mai 2020, Chris Mellon, fost secretar adjunct al Apărării pentru Informaţii, a participat la o sesiune de întrebări şi răspunsuri, în direct, organizată de „To The Stars Academy" (TTSA) unde el este acum consilier.

Sesiunea a fost orientată pe Fenomenele Aerospaţiale Neidentificate (FAN) şi pe politicile guvernamentale în acest sens. Spicuiesc mai jos câteva dintre întrebările puse şi răspunsurile fostului înalt oficial.

Pe videoclipul *„Gimbal"* se vede că obiectul observat se roteşte. Au văzut piloţii această rotire cu ochii lor? Răspunsul este evident, întrucât ei pot fi auziţi spunând „Uite, se învârte!". Dar ceea ce Mellon spunea că nu ştie este dacă, în acest caz, obiectul a fost urmărit doar prin camera cu termoviziune *Forward-looking infrared* (FLIR) sau dacă a fost stabilit şi un contact vizual. Însă, într-o altă întâlnire, Cdt. Fravor şi alţii au avut un contact vizual cu OZN-ul, la mică distanţă, cu o bună vizibilitate.

Suspiciuni neelucidate

La unele suspiciuni exprimate privind videoclipul *„Go Fast"*, referitor la înălţimea şi viteza reală a obiectului, răspunsul a fost că viteza obiectului este modestă, dar adevărata problemă este cum poate ceva fără aripi sau propulsie să rămână în aer, oricare ar fi viteza, şi să zboare drept? Dacă ar fi mai uşor decât aerul, ar fi plimbat de vânt şi n-ar putea urma o cale atât de dreaptă. Dar problema FAN nu stă în acest videoclip sau în oricare alt videoclip. Ştim, de la aviatorii de pe *Nimitz* şi de la echipajul crucişătorului *Princeton*, că un obiect alb, de 15 metri lungime, a atins o viteză hipersonică plecând dintr-o poziţie aproape staţionară, la câteva secunde după ce a fost văzut coborând de la altitudini extreme.

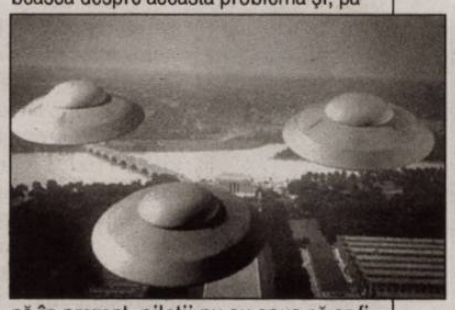
O altă persoană a întrebat de ce TTSA consideră că pentru a explica aceste videoclipuri n-ar fi suficiente nişte explicaţii banale. Răspunsul lui Mellon a fost că problema nu stă în analiza TTSA, ci în cea a Departamentului Apărării (DoD). Piloţii şi analiştii de la DoD au respins aceste explicaţii „banale" din diferite motive: pentru *„Gimbal"*, că dacă ar fi un avion mare, acesta ar fi vizibil, nu doar căldura evacuată, iar un avion de vânătoare nu s-ar putea mişca în acest mod, păstrându-şi totodată şi portanţa; la fel pentru videoclipul *„Flir"*. În ceea ce priveşte videoclipul *„Go Fast"*, OZN-ul ţintă nu se comportă ca un obiect mai uşor decât aerul.

S-a mai spus că echipajul avionului-radar *E2 Hawkeye* – care se afla în zbor când Fravor a interceptat OZN-ul „Tic Tac" – ar fi semnat un acord de nedezvăluire a ceea ce s-a înregistrat. De altfel niciunul din acel echipaj nu a făcut vreo declaraţie publică. Mellon a răspuns doar că echipajul *E2 Hawkeye* a fost intervievat şi „niciun acord de nedivulgare nu a reprezentat o problemă pentru personalul Marinei implicat în incidentele *Nimitz*".

Un participant la interviu a întrebat dacă, pe baza cunoştinţelor şi experienţei fostului demnitar, au existat cumva şi cazuri în care s-a stabilit o comunicare cu FAN-urile întâlnite de militari. Răspunsul a fost: „Nu, nu ştiu. Există un caz care implică o armată străină în care s-au făcut asemenea afirmaţii, dar nu am cum să validez acest lucru". Referirea era la un caz din Rusia, în care, se spune că un OZN a răspuns la semnalele luminoase emise de la sol în direcţia sa.

Despre cele 3 videoclipuri cunoscute s-a spus că nu fuseseră niciodată clasificate. Acum Pentagonul a anunţat că ele au fost declasificate. Face parte oare aceasta dintr-o campanie de dezvăluire planificată? Mellon a răspuns că, aşa cum se ştie, Departamentul Apărării a examinat cu atenţie videoclipurile şi a declarat public: „După o revizuire atentă, Departamentul a stabilit că lansarea autorizată a acestor videoclipuri neclasificate nu divulgă capacităţi sau sisteme sensibile şi nu afectează în niciun fel investigarea ulterioară a incursiunilor în spaţiul aerian militar a fenomenelor aeriene neidentificate".

În filmele produse de TTSA au vorbit şi piloţi activi ai Marinei, despre incidente din cadrul unor exerciţii de antrenament clasificate. Au avut ei permisiunea Marinei? Răspunsul a fost că exerciţiile de antrenament nu au fost clasificate, deci aici nu era nicio problemă. Şi, într-adevăr, Marina a fost exemplară permiţând piloţilor să vorbească despre această problemă şi, până în prezent, piloţii nu au spus că ar fi fost repercusiuni negative.



Vorbind despre colaborarea membrilor TTSA şi despre unele declaraţii publice care aparent se contrazic, Mellon a răspuns că, desigur, ei pot avea opinii oarecum diferite asupra anumitor subiecte, având în vedere antecedentele lor şi perspectivele diferite. Nu sunt cu toţii conştienţi de aceleaşi informaţii. De exemplu, Lue Elizondo şi cu el, ca foşti oficiali DoD, sunt în posesia unor informaţii diferite de ale celorlalţi.

Unele informaţii pe care el le are sunt confidenţiale şi nu pot fi dezvăluite. Oamenii din comunitatea de informaţii trăiesc cu asta tot timpul. Chiar şi în rândul persoanelor care au acces la informaţii *Top Secret*, există tot felul de compartimente înguste. El a dat ca exemplu un caz în care poseda un raport potrivit căruia nişte teroriştii au introdus, prin contrabandă, o bombă nucleară în Washington, dar nu-şi putea avertiza prietenii şi vecinii să iasă din oraş! A fost dificil. Noroc că în problematica OZN nu este cazul de aşa ceva.

O întrebare interesantă a fost în ce mod l-a schimbat, la nivel personal, atât pe el, cât şi pe ceilalţi membri ai TTSA, conştientizarea faptului că FAN este un fenomen real. Mellon a răspuns: „Sunt mândru de ceea ce am realizat într-un timp scurt, dar sunt, de asemenea, conştient de faptul că ramificaţiile sunt imense şi, probabil, foarte preocupante. Cu cât problematica devine mai concretă, cu atât devine mai grea". El însuşi nu a avut experienţe anomale „dar sunt umilit de experienţele pe care armata americană mi le-a împărtăşit. Nimic nu poate înlocui aceste experienţe de primă mână... Am fost motivaţi de lipsa sprijinului pentru piloţii îngrijoraţi de ameninţările pe care le reprezintă aceste dispozitive, prin riscul de coliziuni, sau chiar mai rău. În acest moment, nu vedem necesitatea creşterii cheltuielilor de apărare. Credem că problema ar trebui studiată în profunzime prin acţiuni de cercetare-dezvoltare".

Mellon a mai spus că nu vede nicio dovadă că DoD ar fi pe punctul de a publica informaţii despre alte programe clasificate FAN. El aplauda deschiderea recentă a DoD pentru videoclipuri, dar ar dori mai multă transparenţă în viitor. La TTSA, cu toţii îşi doresc mai multă transparenţă din partea guvernului.

Dezinteres oficial

În mai 2016, publicista Leslie Kean îl întrebase dacă este sigur că nu există o muşamalizare guvernamentală a subiectului FAN. Atunci el a răspuns: „Este imposibil să dovediţi contrarul şi tot ce pot spune este că nu am văzut niciodată vreo dovadă a unui interes oficial pentru FAN". Din păcate, şi în acest moment, „problema centrală este lipsa de interes şi de efort a guvernului pentru a ajunge la baza problemei".

Comitetele Congresului au fost de acord să primească informaţii. Dar există încă teama de stigmatizare, dacă nu chiar de ostilitate cu privire la această problemă chiar şi după ce guvernul american a recunoscut că fenomenul este real. Aşa că problema e tratată deocamdată cu uşile închise, dar începe să fie acceptată şi se caută răspunsuri.

Mellon a mai specificat că există un interes internaţional în creştere faţă de FAN. În 2018, de exemplu, guvernul chinez a finanţat un simpozion internaţional FAN, axat pe probleme de înaltă tehnologie. Lue Elizondo s-a întors recent dintr-o vizită în America Latină, cu informaţii importante care vor avea un rol însemnat într-un viitor episod al serialului *„Unidentified"* al TTSA.

La întrebarea care ar fi cel mai important lucru care ar trebui să rezulte din activitatea TTSA, Mellon a răspuns că „Dacă ar fi dovedită existenţa vieţii extraterestre inteligente, aceasta ar provoca cea mai mare transformare a perspectivelor umanităţii de la Copernic încoace. Dacă, dimpotrivă, am descoperi că Rusia sau China au depăşit Statele Unite din punct de vedere tehnologic, miza ar fi de asemenea enormă – Sputnik x1000". Deocamdată însă guvernul american nu s-a deranjat nici măcar să extragă datele din sistemele de senzori existente, cu atât mai puţin să se angajeze într-o investigaţie riguroasă. El a adăugat că a prezentat şi un memoriu în care dezvolta această problemă la un nivel neclasificat, pentru a ajuta membrii Congresului şi personalul lor să înţeleagă mai bine oportunităţile.

La întrebarea dacă oamenii din comunitatea de informaţii cred că FAN ar putea fi de fapt ceva extraterestru, Mellon a răspuns: „Absolut deloc! Încă suntem pe cale să convingem comunitatea să ia problema în serios. Iar dacă oamenii se vor implica, această ipoteză se va impune inevitabil".

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Apocalipsa de piatră

Straniul subiect al articolului de faţă face parte din istoria noastră actuală. Totuşi, aparent, el include în mod esenţial informaţii care... nu se ştie de unde provin şi, mai ales, face trimitere la o neverosimilă absenţă a unor informaţii oficiale elementare. Mulţi invocă teoria conspiraţiei. Obiectul cu pricina însă există, se află expus la vedere şi nu e vreun vestigiu ce poate fi încuiat într-o cutie de valori, ci un megalit!

Contemporane, dar... „misterioase"

În nord-estul statului american Georgia, stă neclintit cel mai bizar monument din Statele Unite, de patru decenii. Sunt cinci impozante blocuri de piatră perfect finisată, întruchipând o stea, dar odată ce vizitatorul se apropie, acesta se gândeşte aproape în mod automat la faimosul sit de la Stonehenge, din Marea Britanie ori, dacă preferăm creaţiile science-fiction, la ameninţătorul monolit din filmul „2001: Odiseea spaţială".

Nimic din acestea în „alcătuirea" de piatră din sud-estul SUA. Pentru că până şi unii oameni de ştiinţă cred că blocurile cenuşii aşteaptă şi totodată avertizează că sfârşitul lumii noastre este mai aproape decât ne-am putea închipui. Ar fi încă un vestigiu „misterios" plasat sub praful uitării, din lipsa unei explicaţii ştiinţifice credibile, dar în cazul de faţă nu poate fi aplicată această strategie, măcar pentru faptul că, aşa cum spuneam, el a fost realizat şi aşezat acolo de numai 40 de ani.

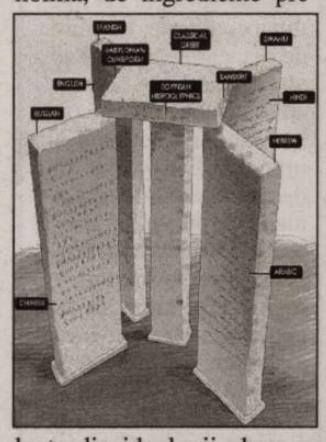
În plus – un amănunt mai dificil de reperat la o privire rapidă, însă la fel de interesant. De regulă, o operă de artă, un monument public de acest gen este amplasat şi ţinându-se cont cu rigoare de peisajul adiacent, de cadrul în care piesa respectivă va fi observată de public. Însă „Georgia Guidestones" pare pierdut, din neglijenţă, pe un fel de tăpşan arid.

New Age, Hippy – „pavajul" cu bune-intenţii

Georgia Guidestones – „Pietrele îndrumătoare din Georgia" – se ştie că au fost amplasate aici în anul, 1980, dar... nimeni nu ştie cine le-a comandat şi de ce. Paradoxul nu e însă chiar un paradox. Pe o placă aflată pe sol, în imediata apropiere, sunt menţionate dimensiunile monumentului, precum şi semnificaţia fantelor şi orificiilor de pe cele cinci plăci minerale, care corespund mişcărilor soarelui şi stelelor!

Indiciile şi instrucţiunile sunt prezentate în opt limbi, însă provin dintr-o ideologie unică, cu descindere directă din aşa-zisul curent New Age. Unele sunt vag eugeniste: „Gestionaţi cu înţelepciune reproducţia, astfel încât să se amelioreze sănătatea şi diversitatea" (reproducţie = diversitate? – n.n.); altele trec la propovăduirea unui misticism... hippy, de factură pozitivă: „Apreciaţi adevărul – frumuseţea – iubirea – căutând armonia cu infinitul"!

Un amestec aiuritor, fără noimă, de ingrediente pre-



luate din ideologii obscure, dar puternic destabilizatoare.

Totuşi, sunt indicii care – pentru mulţi – ar indica supravieţuitorilor unei apropiate apocalipse paşii de urmat pentru a reconstitui civilizaţia umană. Sigur, putem arunca pe piaţă atribute de genul „şocant", „senzaţional", „halucinant", „înfricoşător", însă ele accentuează, de fapt, neliniştea şi chiar panica populaţiei.

Nu cu mult timp în urmă, Guidestone a suportat primul act de vandalism explicit, monumentul fiind acoperit cu inscripţii de genul „Moarte noii ordini mondiale!" Aşadar, suntem expediaţi sau orientaţi direct către terifianta NWO (New World Order)! Să fie, oare, o întâmplare?

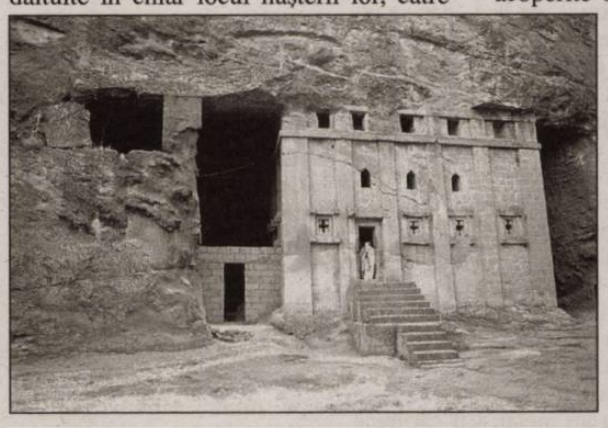
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Monumentele din Lalibela

În nordul Etiopiei, unul dintre marile locuri de pelerinaj în special pentru ortodocşii din Cornul Africii, este spectaculosul oraş Lalibela, cu aglomerarea sa rarisimă de biserici, galerii, încăperi – toate, săpate chiar în piatra ce alcătuieşte solul regiunii.

„Arborele" cu biserici

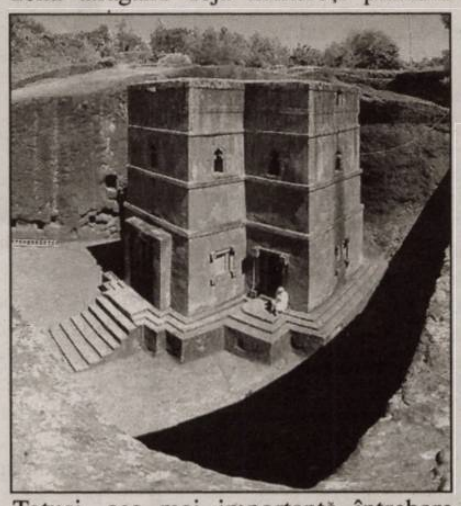
Curiozitatea şi admiraţia vizitatorilor de astăzi ai locurilor din Lalibela se concentrează pe cele unsprezece biserici – nu construite din cărămizi şi piatră, nu înălţate pe temelii spectaculos meşteşugite, ci dăltuite în chiar locul naşterii lor, către mărunţaiele pământului. Vă puteţi imagina ceea ce se petrece frecvent în lumea vegetală: o rădăcină viguroasă, şerpuitoare pe sub pământul hrănitor, face să iasă la lumină unul, doi, trei... doisprezece, douăzeci de arbori. Ei bine, ceva similar s-a realizat în Lalibela de-a lungul multor veacuri.



Fără ca din trupul locurilor să se extragă lespezi şi cărămizi, s-au săpat, cu o trudă infinit mai grea şi mai îndelungată, edificii religioase întregi. La fel cum ar fi fost, de pildă, dezgropate unele străvechi acoperite de pulberea veacurilor ori clădite pe de-a-ntregul din lut şi var. Iar astfel, din „rădăcina" eternă a pământului, au fost dezghiocheate cele unsprezece biserici, a căror arhitectură însăşi corespunde teluricului.

Înălţarea... în adâncuri!

În anul 2008 s-a lansat, de către guvernul etiopian, prin intermediul unei echipe de arheologi şi istorici, „Misiunea Lalibela". Numele vine de la cel al unui rege etiopian din secolul al XIII-lea, care şi-a stabilit sediul general aici, dându-i o puternică dimensiune religioasă. Fostul suveran a imprimat forţa personalităţii sale spirituale asupra locurilor respective, la două secole după moarte, el însuşi fiind considerat un sfânt, zona atrăgând deja numeroşi pelerini.



Totuşi, cea mai importantă întrebare pentru oamenii de ştiinţă rămăsese, oarecum surprinzător – *de ce* şi *cu ce scop* situl fusese creat astfel şi cum era administrat.

Aceasta, deoarece, am putea spune, el nu seamănă deloc cu altele, care au tot o destinaţie cu prioritate religioasă. Accesul însă este unul cu totul atipic: în unele biserici se pătrunde pe trepte care coboară în adâncurile pământului, unde au fost săpate, pe niveluri diferite de locuire şi de cult, spaţii pentru rugăciune, în mai multe etape temporale.

Altarul de lemn

Roca nu permite o datare a monumentelor, în schimb s-au găsit aici numeroase manuscrise, picturi şi alte obiecte, care indică o vechime ce nu urcă mai sus de secolul al XIII-lea. În tot ansamblul descoperit, un rol-cheie îl joacă un mic altar de lemn, pe care se află un element nepreţuit: un text scris în limba *gî'îz*, pe care o foloseau odinioară numai creştinii etiopieni.

Este chiar o adresare a regelui Lalibela către credincioşi, în care confirmă că a fost ctitorul complexului religios şi donatorul altarului, precum şi că el a donat micul altar şi alte obiecte bisericilor. Lipsesc total indicii despre lucrările de construcţie a bisericilor, în schimb se menţionează că regele a cedat clerului terenul, pentru obţinere de profit. În fond, un model de organizare socială destul de apropiat de cele ale anumitor ordine monastice care funcţionau în Europa, în aceeaşi vreme.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Muzeul Banatului Montan

Una dintre cele mai tinere instituţii din cadrul constelaţiei muzeelor bănăţene, Muzeul Banatului Montan a luat fiinţă la mijlocul secolului trecut, din iniţiativa mai multor localnici din Reşiţa. Donaţiile unor colecţii particulare au stat la fundamentul noii construcţii muzeale de la Reşiţa, care a fost inaugurată în iarna anului 1959.

Cel dintâi director al muzeului reşiţean a fost reputatul profesor Octavian Răuţ, cel care a iniţiat, de altfel, şi cele dintâi săpături arheologice pe valea Bârzavei, la castrul roman de la Berzovia, precum şi la ferma romană de la Ramna. Din 1968 muzeul reşiţean a devenit Muzeul de Istorie al judeţului Caraş-Severin.

Activitatea ştiinţifică şi muzeografică a fost susţinută cu foarte bune performanţe de un grup de tineri istorici şi arheologi începând din anul 1976 şi consolidată în anii următori. Din anul 1997 denumirea standard a muzeului reşiţean a fost schimbată, el devenind Muzeul Banatului Montan.

În prezent, Muzeul Banatului Montan deţine: 76.000 de piese de obiecte de artă, etnografie, mineralogie, istorie industrială; obiecte de arheologie (52.000 piese), numismatică (11.000 monede romane şi medievale); o cantitate apreciabilă de monede din perioada romană târzie (sec. IV) care au circulat în Banat, provenind din tezaurele descoperite la Răcăşdia, Pojejena, Măceşti, Moldova Veche; 700 piese din istoria industrială a Banatului din secolele XVIII-XIX (unelte, vagoane de mină, lămpi de mină de diverse tipuri, instalaţii simple de aeraj, uniforme de paradă ale minerilor şi ale pompierilor voluntari); colecţia de minerale, cuprinzând peste 200 de piese donate de Constantin Gruescu, deţinătorul uneia din cele mai impresionante muzee de mineralogie private din lume; o colecţie care cuprinde peste 300 de cărţi vechi, cu deosebire din secolele XVII-XIX, tipărite la Bucureşti, Viena, Buda, Berlin, Pesta, Sibiu, Vârşeţ, Paris, Leipzig; 587 piese etnografice care ilustrează portul popular din zona Clisurii, a Oraviţei, din Depresiunea Almăjului şi din preajma Semenicului.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Negru Vodă

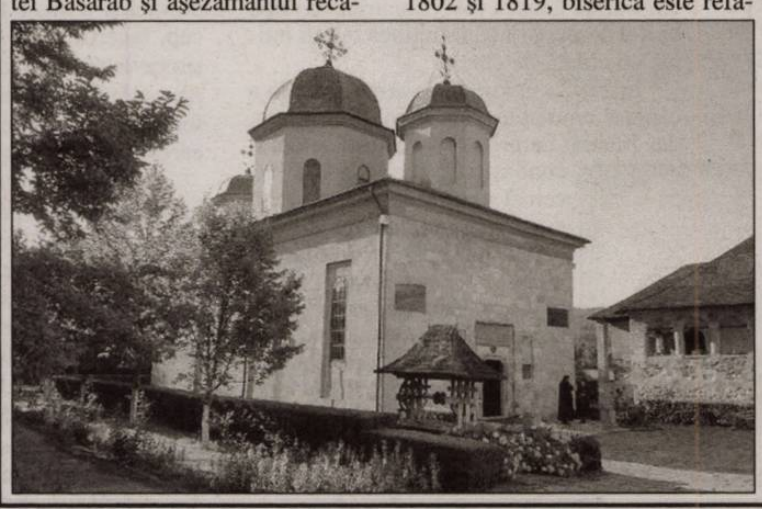
Aflată în judeţul Argeş, în oraşul Câmpulung-Muscel, mănăstirea Negru Vodă, cu obşte de călugări are hramul „Adormirea Maicii Domnului".

După tradiţie a fost construită în 1215 de Radu Negru Voievod şi este considerată de unii cercetători cea mai veche mănăstire din ţară. Mai târziu, fiul lui Negru Vodă, Basarab I a rezidit biserica care a fost terminată de fiul acestuia Nicolae Alexandru Basarab, toţi fiind înmormântaţi aici.

Mutarea capitalei Ţării Româneşti de la Câmpulung la Curtea de Argeş în 1368 duce la transformarea mănăstirii în biserică de mir pe care cutremurul din 1628 o transformă într-o adevărată ruină. Între anii 1635-1638 biserica este rezidită cu aceeaşi piatră pe aceeaşi temelie de Matei Basarab şi aşezământul recapătă statut de mănăstire. În 1647 este ridicat turnul-clopotniţă, înalt de 35 de metri construit din cărămidă pe un soclu alternând cărămida cu piatra. Prezintă un gang boltit şi trei etaje de formă pătrată deasupra parterului, primele două etaje sunt întărite de metereze iar faţadele sunt decorate cu piese de ceramică smălţuită. Serveşte ca poartă de intrare în incintă şi gangul este închis cu uşi masive de stejar.

Pe latura de nord a incintei se află clădirea stăreţiei, având o deosebită valoare artistică şi arhitectonică iar în extremitatea de est, în 1718 a fost ridicat un nou paraclis domnesc înlocuindu-l pe cel vechi de lemn şi împodobit în secolul al XIX-lea cu o valoroasă pictură.

Distrusă de cutremurele din 1802 şi 1819, biserica este refăcută de arhitectul Franz Walet cu sprijinul domnitorului Grigore Ghica şi târnosită în 1832. Acoperişul bisericii şi cele ale clopotniţei şi chiliilor sunt grav avariate de incendiul din 1934 iar lucrările de restaurare sunt executate după 1955. După 1977 este restaurat paraclisul.



La mănăstirea Negru Vodă a funcţionat prima tiparniţă din Ţara Românească în care în 1642 s-a tipărit cunoscuta carte în limba română la vremea respectivă „Învăţături pentru toate zilele".

Biserica mănăstirii este construită după planul obişnuit al bisericii bizantine. Se păstrează ancadramentele de piatră din jurul uşilor principale şi cel mai important monument epigrafic din ţară: cea mai veche lespede de mormânt voievodal aparţinând domnitorului Nicolae Alexandru Basarab, mort la 16 februarie 1364.

Iconostasul este o reală operă de artă fiind împodobit cu motive vegetale iar actuala pictură a fost realizată între 1955-1957 de un grup de pictori călugări de la mănăstirea Plumbuita conduşi de arhitectul Sofian Boghiu.

În incinta mănăstirii se mai află Casa Domnească zidită de Constantin Brâncoveanu şi Turnul Bărăţiei din 1730. Împrejmuirea din bârne, din timpul lui Matei Basarab, a fost înlocuită în 1985 cu un zid masiv.

În 1959, viaţa monahală a fost suspendată şi mănăstirea a devenit biserică de mir fiind reînfiinţată după 1989.

IRINA STOICA

TAGORE
– Nobelul pentru literatură „convertit” în artă

Cunoscut sub numele de Rabindranath Tagore, numele său real fiind Rabindranâth Thâkur, scriitorul şi filosoful indian din Bengal a fost onorat cu Premiul Nobel pentru literatură în anul 1913, însă nu foarte mulţi cunosc faptul că el a fost foarte activ şi în domeniul artelor, afirmându-se şi ca pictor, muzician şi coregraf. O afirmare remarcabilă survenită, oarecum surprinzător, abia la vârsta de 67 de ani.

În pictură Tagore a activat efectiv destul de scurt timp, astfel că nu se poate face o delimitare a unor perioade distincte anume în creaţiile sale. De aceea, temele abordate sunt cele care constituie repere în această zonă, având totuşi „privilegiul” de a fi legate de celelalte spaţii spirituale în care s-a afirmat autorul: maestru al armoniei cuvintelor şi a muzicii, care a simţit nevoia de a produce imagini fără cuvinte.

Pictura sa, caracterizată în primul rând prin spontaneitate, este născută din reverii grafice care sugerează ştersăturile de pe un manuscris literar, liberă de orice constrângeri tehnice. Dacă Tagore vorbea despre acest aspect în termeni aplicabili picturii abstracte (ritm, combinări de linii şi de culori), totuşi creaţiile sale plastice lasă la vedere subiecte perfect identificabile.

Niciuna dintre ele nu constituie reprezentarea exactă a unei observaţii directe, ci mai degrabă evocă realitatea, şi nu o reprezintă explicit. În ansamblu, o evaluare atentă poate distinge trei domenii

„Dansatoare”

largi pe care le abordează pictorul Rabindranath Tagore: figura umană, animalele, lumea vegetală (flori şi peisaje).

Lucrările din prima categorie sunt compoziţii puternice cvasicubiste ce înfăţişează personaje reunite în scene suficient de misterioase pentru ca autorul să fi simţit nevoia de a le alătura titluri precise, sugestive. Numeroase chipuri sunt reprezentate uneori în manieră foarte realistă, însă... nu pot fi considerate portrete, în sensul artistic al noţiunii. Ele sunt executate prin tehnici foarte variate, pornind, să spunem, de la pictură şi ajungând la desenul simplu.

„Ultima recoltă”

Elefantul dresat, conturat prin

„Pasăre fantastică”

linii drepte foarte dinamice, este o imagine frapantă. Păsările, dimpotrivă, se nasc din linii curbe şi într-o mare varietate de culori. Peisajele – mai degrabă sumbre şi invadate de arbori – au în compoziţie ceva occidental, detaliu pe care nu-l regăsim şi în romanele sale, unde cerul şi spaţiile largi vin cumva în prim-plan.

În complexitatea şi bogăţia picturilor lui Tagore se poate identifica o dualitate certă, gândită – nu prin opoziţie, ci într-o complementaritate firească. De o parte, autorul conservă din arta indiană sinuozităţile liniilor, rafinamentul culorii şi caracterul fantastic. Cealaltă parte (anumite chipuri, peisaje, compoziţii geometrice) se arată impregnată de elementele artei occidentale, în prezenţa căreia Tagore a fost sensibilizat pe parcursul mai multor călătorii în Europa.

Cât despre raportarea sa la modernitate, este interesant un amănunt mai puţin cunoscut: participarea, în 1922, la o expoziţie Bauhaus (şcoală de artă, design şi arhitectură fondată în Germania) organizată la Calcutta. De altfel, analiştii operei plastice a artistului indian au făcut deseori referire la o apropiere între aceasta şi expresionismul european.

În fine, merită remarcat şi un alt detaliu al operei plastice a lui Tagore, mai mult decât tulburător. Cromatica imaginilor „curge” ca o materie tulbure şi densă în nuanţe sumbre, îngrijorătoare şi prevestitoare de evenimente nedorite.

Lucrări ca *Ultima recoltă, Animal, Forme abstracte, Dansatoare, Pasăre fantastică* şi multe altele pot contura în acest sens un spirit foarte complex, dar în străfundurile sale frământat de nenumărate nelinişti şi temeri.

Gustul şi culoarea căsniciei

Tradiţia celebrării căsătoriei se limita odinioară la mica burghezie a oraşelor şi la împlinirea unei vârste „rotunde” a convieţuirii în doi: nunta de argint (25 de ani de căsnicie), de aur (50 de ani) şi de diamant (75 de ani). Treptat, ideea s-a extins, ajungându-se astăzi ca fiecare an în plus să fie învestit cu un statut aparte, simbolizat printr-o materie, o floare, o piatră preţioasă. Deocamdată, numărătoarea începe, normal, de la 1, dar se încheie la 100. Problema este că, dacă oamenii şi-au dat toată silinţa să pună în lumină doar jumătatea plină a paharului, mai nou a venit ştiinţa cu un verdict greu de digerat: iubirea adevărată durează numai 3 ani.

Regula nescrisă arată că fiecărui an de căsnicie îi corespunde o materie (vegetală, animală sau minerală), o floare, un arbore sau un metal. Cu cât trece timpul petrecut împreună de cei doi parteneri, cu atât materia devine mai consistentă, mai solidă, aşa cum se spune că se întâmplă cu femeia şi bărbatul care alcătuiesc un cuplu soţie-soţ. Să vedem şi cum evoluează consistenţa, gustul şi culoarea căsniciei, în tot acest timp!

Prima aniversare se cheamă că este de bumbac; un material fin, uşor, fragil, însă devine rezistent după ce firele sunt împletite între ele. La al doilea an, celebrăm nunta de piele – material utilizat frecvent în modă şi decoraţiuni, care se pretează la finisări şi, bine întreţinut, va fi destul de durabil. Trei ani: chiar să însemne un capăt al iubirii? Vorbim despre nunta de grâu. E grâul din care se obţine făina utilizată la prepararea aluatului pentru pâine; aşadar – simbol al vieţii, al prosperităţii şi fecundităţii, deci al iubirii eterne!

La patru ani, deja lucrurile încep să prindă consistenţă şi gust, aşa că aniversăm nunta de ceară naturală. Ceara fabricată de albine, se ştie, va alcătui acele octogoane perfecte ce vor fi umplute cu savuroasa miere. Ce poate fi mai dulce decât sentimentul de stabilitate şi prospeţime perpetuă a sentimentelor?!...

Chiar dacă spaţiul nu ne permite să trecem în revistă fiecare dintre cele (numai) 100 de celebrări ale vieţii în doi, câteva repere merită să fie fixate. La 10 ani de căsnicie, apare staniul sau cositorul, un metal solid, care intră în componenţa bronzului. Nunta de cristal (15 ani) nu mai are nevoie de comentarii şi poate nici porţelanul (20 de ani) ori cea de perle (30 de ani).

Urmând sumele „rotunde” ale anilor de viaţă conjugală comună, la 40 de ani ajungem la smarald, dar jumătatea de veac ne aşază pe umeri binemeritatele ghirlande de aur. Apoi, chiar dacă tinereţea fizică nu mai este atributul nostru principal, trecem cu aceeaşi înţeleaptă bucurie prin nunţi de camelii şi turmalină, de mesteacăn, zibelină, lapislazuli, iar la 60 de ani de căsnicie ne încununăm cu preţiosul diamant! După încă zece ani, celebrăm nunta de platină, apoi dârzul stejar, la 80 de ani şi granitul, la 90 de ani.

Dacă nu ştiaţi, cu siguranţă, nu aţi ghicit ce ne aşteaptă după un veac de căsnicie. Ei bine, nunta de apă! Fiindcă apa poate fi lichidă, dar şi gazoasă ori solidă, dar – înainte de orice altceva – ea este esenţială pentru întreţinerea vieţii, e protectoare, vindecătoare, purificatoare, după cum, atunci când ne surprinde nepregătiţi putem cunoaşte şi forţa sa distructivă. Ce ne aşteaptă după 100 de ani de viaţă în doi? Mai bine să avem răbdare să ajungem acolo şi vom afla prin propria noastră experienţă!

Jack Spintecătorul francez

Istoria criminalisticii a înregistrat atât cazuri de mare notorietate, chiar dacă nu au frapat prin numărul victimelor, cât şi asasinate în serie, numeroase, dar aparent căzute în uitare. Un astfel de caz este cel al lui Joseph Vacher, născut la 16 noiembrie 1869 în departamentul Isère, din regiunea Rhône-Alpes (Franţa). El a fost găsit vinovat pentru cel puţin 11 crime şi mutilări (după unele relatări 27) – mai mult decât dublul victimelor sinistrului Jack Spintecătorul cu care a fost comparat de presa vremii.

Al cincisprezecelea şi ultimul dintre copiii unei familii de ţărani, la vârsta de 8 ani, Joseph ar fi fost muşcat de un câine turbat, iar de atunci un gen de nebunie aparte îl împingea să ucidă şi să tortureze semeni ai săi. Înscris pentru studii la o congregaţie

masculină laică, a fost exmatriculat după ce s-a descoperit că întreţinea relaţii intime cu colegi de clasă.

În 1892 s-a înrolat în armată, unde a căpătat reputaţia unui subofiţer violent, dar frustrat de promovarea lentă şi nerecunoaşterea meritelor, a încercat să se sinucidă, gest care i-a adus excluderea din armată. În aceeaşi perioadă, s-a întâmplat ceva bizar: s-a îndrăgostit de o tânără pe nume Louise Barrand, care însă îl găsea ridicol şi i-a refuzat cererea în căsătorie. Din acest motiv, a încercat să o împuşte, însă cele 4 gloanţe trase nu au rănit-o. Până la sosirea poliţiei şi-a tras ultimile două gloanţe în cap, încercând să se sinucidă. Deşi el a supravieţuit, un glonte a rămas acolo, provocându-i paralizia părţii drepte a feţei şi instabilitatea mentală, fapt pentru care a fost internat într-un azil.

Paradoxal sau nu, Vacher a fost eliberat din azil în primăvara anului 1894. Fără locuinţă, fără serviciu, având o înfăţişare terifiantă, el a rătăcit fără ţintă pe drumurile din sud-estul Franţei, cerşind şi furând pentru a supravieţui. Pe de altă parte, în vagabondajul său a mutilat, a violat şi a ucis bărbaţi şi femei, prin înjunghiere repetată. Manifesta preferinţe pentru ciobani şi ciobăniţe ce-şi păşteau turmele pe câmpuri izolate.

De altfel, a fost prins, în timp ce încerca să agreseze o femeie care strângea lemne într-o pădure de lângă Lyon, de către soţul şi fiul acesteia, alertaţi de ţipetele ei.

Arestat, vicleanul criminal a susţinut că este nebun, mărturisindu-şi crimele, despre care a afirmat „Le-am comis pe toate în momente de frenezie”, dar oferind şi explicaţia – logică şi reţinută de anchetatori – că sângele său fusese otrăvit după muşcătura din copilărie a câinelui turbat.

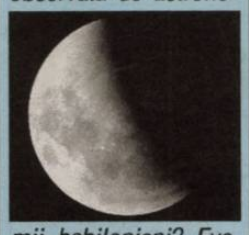
Examinarea riguroasă a unui grup de medici, care l-au declarat sănătos şi modul raţional de expunere a faptelor i-au fost totuşi fatale, Joseph Vacher fiind condamnat la moarte şi ghilotinat în ziua de 31 decembrie 1898, la Bourg-en-Bresse.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ ...primele decoraţiuni româneşti au fost Ordinul „Steaua României" şi Medalia „Pro virtute militară"? Au fost instituite de Alexandru Ioan Cuza.

◆ ...prima eclipsă de Lună a fost observată de astronomii babilonieni? Evenimentul s-a petrecut la 19 martie, anul 720 î.Hr.

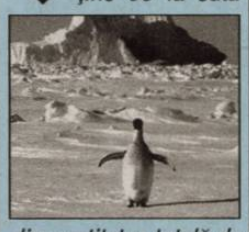


◆ ...Arhipelagul Bermudelor a fost descoperit în secolul al XVI-lea de spaniolul Juan Berudey? De aici numele său.

◆ ...denumirea Munţilor Carpaţi vine de la tribul Carpilor? Erau cei mai puternici dintre dacii liberi din afara Imperiului Roman după ocuparea Daciei.

◆ ...se pare că autorul celor mai multe simfonii a fost compozitorul austriac Joseph Haydn (1732-1809)? Îi sunt atribuite 107 asemenea lucrări.

◆ ...Antarctica deţine 90 la sută din cantitatea totală de gheaţă a lumii?



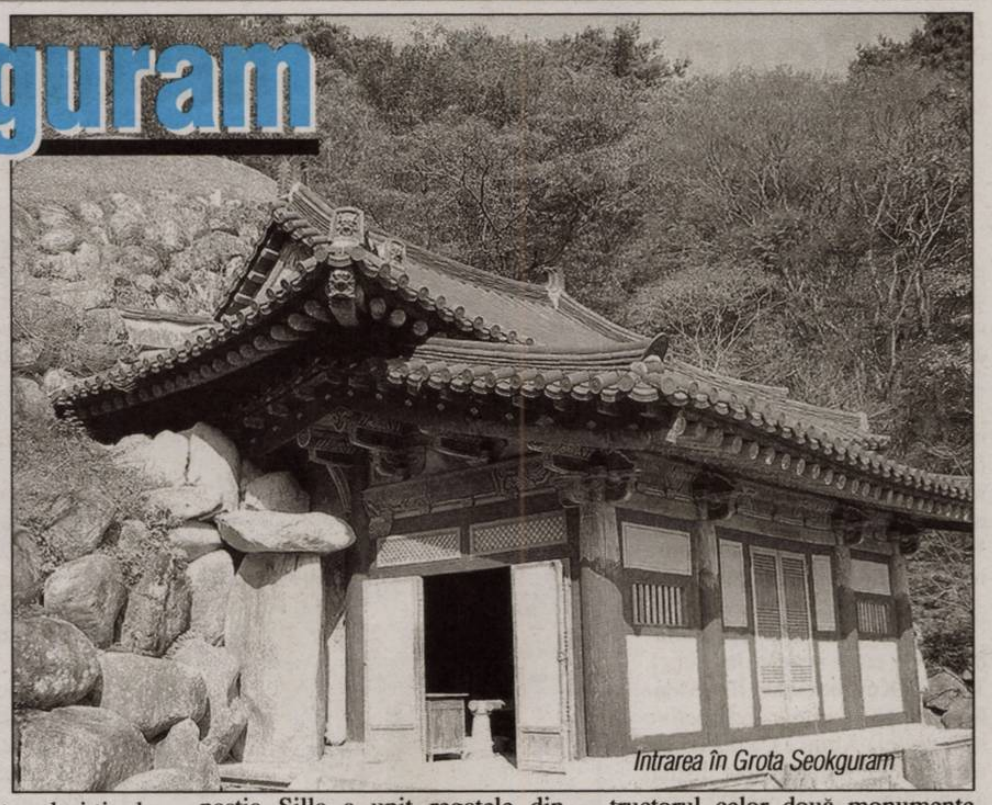
◆ ...veninul anumitor specii de scorpioni ucide un câine de mărime medie în şapte minute? Un om în câteva ore.

◆ ...San Marino este cea mai veche Republică Constituţională din lume?

Ştiaţi că...

Grota Seokguram

Aflată în Coreea de Sud, Grota Seokguram este o grotă artificială la care se ajunge pe o potecă amenajată în pădure şi luminată noaptea de lampioane. Alături de templul Bulguska face parte din situl arheologic şi complexul Gyengju, reprezentativ pentru fosta dinastie Silla (57 î.Hr. – 935 d.Hr.).

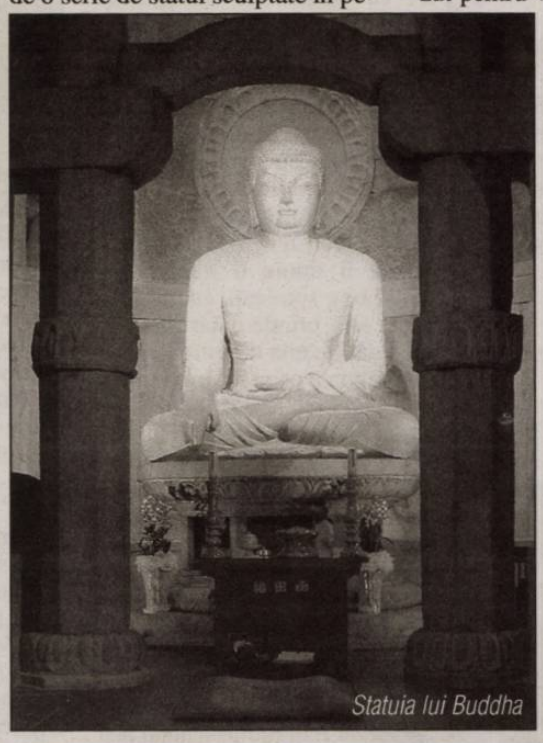


Intrarea în Grota Seokguram

Complexul se întinde pe o suprafaţă de 1.200 de km pătraţi şi se află la circa 90 de kilometri de Busau. Templul este situat într-o zonă de munte fiind înconjurat de alte temple, grote, morminte ale regilor Silla şi observatorul astronomic al reginei Seondeok.

Grota Seokguram, construită în secolul al VIII-lea urma să fie o capelă a templului. Monumentul conţine o anticameră, un coridor şi rotonda principală în care se află statuia lui Buddha cu o înălţime de aproape patru metri, reprezentat în momentul iluminării. Înfăţişarea sa prezintă o stranie combinaţie de forţă masculină şi graţie feminină. Are sprâncene bine arcuite, ochii pe jumătate închişi, într-o stare meditativă iar părul ondulat este prins în vârful capului într-un coc numit usnisa.

Este aşezat pe o platformă iar prin palmele îndreptate spre privitor îl îndeamnă să se ilumineze la rândul său. Veşmintele sale sunt drapate elegant şi este înconjurat de o serie de statui sculptate în pe-



Statuia lui Buddha

reţii grotei. Sunt trei boddhisattva, zece discipoli şi două divinităţi hindu. La nivelul ochilor lui Buddha se află zece nişe conţinând fiecare câte o statuie a înţelepţilor budişti. Monumentul mai este împodobit cu patru statui ale Regilor Celeşti, două basoreliefuri care reprezintă protectorii templului şi alte opt divinităţi diverse.

Grota este de dimensiuni reduse, are un diametru de numai şapte metri, mult mai mică decât acelaşi tip de temple din India şi China dar patrimoniul ei artistic budist din perioada clasică, este de o importanţă deosebită.

Templul Bulguska

Fiind o grotă artificială nu are rival pe lume în privinţa caracteristicilor tehnice, aproape de necrezut pentru vremea respectivă. Peşterile indiene de la Ajantu şi cele chineze şti din Longmeu au fost săpate în rocă moale dar cea din Seokguram, a fost asamblată manual din granitul dur ce se afla pe muntele T'oham. Realizarea acesteia continuă să-i uimească pe arheologi şi pe specialişti de tot felul. În momentul construcţiei grotei, respectiv în jurul anului 742, echipamentul tehnic al coreenilor era relativ redus, dar a fost realizată o adevărată minune în piatră.

Budismul exista în Coreea de câteva secole dar a devenit o religie comună abia în secolul al VII-lea când dinastia Silla a unit regatele din peninsule.

Grota Seokguram, aflată aproape de vârful muntelui, împodobită cu marea statuie a lui Buddha privind către mare a fost concepută ca un bastion sacru de apărare a regatului. Atât vechile legende cât şi cunoscuta operă „Istoriile celor trei regate", scrisă în secolul al XIV-lea amintesc faptul că, sub regele Hyegong, primul său ministru Kim Dac-song, a construit grote în memoria părinţilor săi din vieţile anterioare. Tot el a organizat în jurul anului 751 construcţia templului Bulguska şi întregului complex din lemn, închinat părinţilor săi regali.

Nu este menţionat nicăieri constructorul celor două monumente sau numele celui care le-a conceput. Este clar însă că au funcţionat într-o strânsă legătură. În secolul al XIV-lea, budismul este respins de conducătorii coreeni în favoarea confucianismului. În aceste împrejurări cele două monumente au fost lăsate pradă distrugerii timpului.

Redescoperite la începutul secolului al XX-lea, s-a început restaurarea lor. Prima încercare a fost nereuşită ameninţând stabilitatea grotei dar apoi aceasta a fost consolidată şi înzestrată cu un sistem de înlăturare a umidităţii şi un geam de sticlă protector. Totodată au fost reconstruite pavilioanele de lemn ale templului.

În 1996 în urma unor săpături la cel mai mare monument din Bulguska a fost descoperită o valoroasă colecţie conţinând un sul de hârtie cu un text datat 706-751, cu o lungime de şase metri, o lăţime de şapte centimetri, considerat de mulţi cercetători primul text tipărit din lume.

Crucea Căpitanului Ursache

Aflată pe platoul de deasupra Peşterii Polovragi, la 1.000 de metri altitudine, Crucea Căpitanului Ursache este un memorial din piatră ridicat în 1808 în cinstea celui care îi poartă numele, vătaf de plai, supraveghetor al ţinutului Novacilor. El asigura pacea şi ordinea în zonă la sfârşitul secolului al XVIII-lea şi începutul celui de al XIX-lea. Crucea poartă inscripţii slavone şi a fost înălţată pe locul unde se afla cetatea dacică Polovragi, în apropierea mănăstirii cu acelaşi nume.

Simboluri ale umanităţii

Floarea dragostei

Prezentă în tradiţiile româneşti „Floarea dragostei" este o plantă din familia Crassulaceae cu frunze în formă de lance şi flori roz-purpurii. Creşte pe lângă apele din zonele înalte şi este considerată protectoare a casei de duşmani.

Planta se aduce din locurile în care creşte şi se răsădeşte într-un colţ tainic şi curat al grădinii. Se pun întotdeauna două fire alături. După felul în care, crescând se apropie sau se îndepărtează, se crede că îndrăgostiţii pentru care sunt răsădite vor rămâne sau nu împreună.

Pagină realizată de IRINA STOICA

„Rege francez" destituit în anul... 2014!

De data aceasta, istoria nu ne joacă feste, ci mai degrabă ne oferă informații uluitoare, la care probabil nimeni nu s-ar fi așteptat. Rege francez în anul 2012? O glumă? Deloc!

Pe numele său destul de interesant, Kapeliele Faupala, majestatea-sa a văzut lumina zilei în satul Ahoa, districtul Hahake, din centrul insulei polineziene Wallis, fiind onorat cu titulatura regală în perioada 25 iulie 2008 – 2 septembrie 2014.

În 2005 a fost numit prim-ministru de către regele de atunci, Tomasi Kulimoetoke II. (Menționăm că numele respective sunt reale!) Atunci s-a declanșat un conflict puternic pe insulă, având drept ciudat pretext o neconcordanță de poziții privitoare la respectarea unor tradiții locale.

În anii imediat următori, neînțelegerile s-au acutizat, ajungându-se chiar la incidente sângeroase, ce au fost suspendate temporar abia după moartea suveranului, la vârsta de 88 de ani și după 48 de ani de ocârmuire.

Astfel a ajuns pe jilțul insular Kapeliele Faupala, abia atunci ieșind la suprafață adevărata miză a confruntărilor: furnizarea energiei electrice și asigurarea apei pentru locuitorii de pe Wallis.

Astfel, spiritele încingându-se, și nu doar în culisele palatului regal, a fost nevoie să se ceară intervenția Franței, ca stat în componența căruia intră și acest așa-numit „teritoriu de peste mări".

Încercările de limitare a crizei și de evitare a vărsărilor masive de sânge au avut doar un succes parțial, astfel că, în ziua de 2 septembrie 2014, regele Faupala a fost destituit, marcându-se astfel o nouă pagină insolită din vasta istorie a regalității mondiale. Insolită, desigur, și prin amănuntul că personajul sus-menționat figurează oficial ca rege francez. În secolul XXI! *(A.N.P.)*

Morcovul împodobit

Cu 20 de ani în urmă, Rodica A. din Iași se întorcea acasă de la ultimul examen din anul al IV-lea al Facultății de Farmacie.

Locuia cu familia într-o casă cochetă de lângă Copou și fiind seară n-a mai vrut să-i deranjeze pe cei dinăuntru sunând. Când și-a scos mănușa ca să bage cheia în broască a simțit cum îi alunecă inelul de pe deget, dar a intrat liniștită în casă fiind sigură că-l va găsi a doua zi.

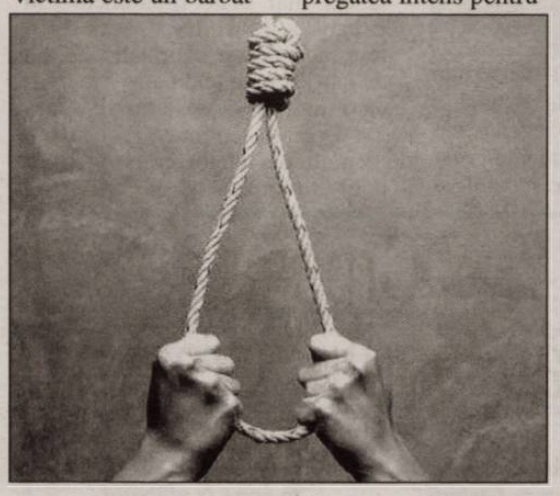
Peste noapte a nins abundent, Rodica consolându-se cu ideea că după topirea zăpezii va găsi inelul strălucind pe pământ, dar speranțele au fost zadarnice și micuța bijuterie a fost absorbită în pământ de apa care s-a scurs de peste tot.

Anii au trecut, Rodica și-a terminat studiile, s-a căsătorit și avea o fetiță de 15 ani. Locuia în aceeași casă cu părinții iar fetița și bunica descoperiseră farmecul grădinăritului. În spatele casei aveau câteva straturi de legume care constituiau pentru ele o veritabilă mândrie.

Cu câteva zile în urmă fetița a scos din pământ câțiva morcovi pentru supă. Bunica i-a spălat atent și a observat că unul dintre ei era „strangulat" de ceva auriu. Era inelul pe care Rodica îl pierduse cu 20 de ani în urmă și care revenea acum la cea căreia îi aparținea. (I.S.)

Un gest fatal, premarital

Sigur, pare o figură de stil, un subiect anecdotic, însă în cazul de față nimic nu are darul de a ne amuza, mai ales că include amănunte incredibile. Victima este un bărbat din Maroc, în vârstă de 53 de ani – așadar în plină maturitate – iar finalul tragic nu a fost cauzat de vreun accident ori de o crimă pasională. El se pregătea intens pentru festivitatea nupțială, însă, cu numai patru zile înainte de aceasta, s-a sinucis!



Nefericita întâmplare s-a petrecut în localitatea Ksar Lakbir, din nordul țării. Trupul său a fost găsit de localnici, spânzurat într-un copac din vecinătatea satului. Sosită la fața locului, poliția nu a mai avut de făcut altceva decât să constate decesul și să transporte cadavrul la morgă.

Potrivit presei locale, bărbatul părea sănătos, fără a prezenta suspiciuni de intenții suicidare. Astfel, bizarul gest la care a recurs a fost pus pe seama stresului, în contextul apropiatei căsătorii, dar o anchetă publicistică mai aprofundată a scos la iveală amănunte absolut sinistre: victima era supusă în mod sistematic unor presiuni pentru a accepta legătura pe care, în realitate, nu și-o dorea și – foarte probabil, detaliul-cheie al dramei – perechea sa impusă era... tot un bărbat.

Un univers tenebros, care din când în când își scoate la vedere fața hidoasă, ca pentru a ne arăta că omul nu este nici pe departe o ființă perfectă. *(A.N.P.)*

Trei dintr-o lovitură

Mak Yuree, originar din Dakha, Bangladesh, face parte dintr-o categorie aparte de oameni, astfel că el a făcut pe cont propriu o demonstrație stupefiantă, rupând cu o singură lovitură de picior nu una, ci trei bâte de baseball!

Yuree este expert în arte marțiale, cunoscut în întreaga lume pentru stăpânirea la perfecție a nu mai puțin de 40 de tehnici de luptă orientale, între care și Varma Kalai, o veche și potențial mortală disciplină marțială. Este, de asemenea, expert în meditații orientale, dar oamenii de rând sunt seduși mai degrabă de capacitatea sa de a rupe trei bâte de baseball dintr-o singură lovitură. Acesta constituie de altfel și un record mondial, intrat în mod firesc în zona senzaționalului, dar el are în spate o viață spartană, cu antrenamente permanente, atât fizice, cât și mentale.

Potrivit apropiaților, pentru a ajunge la performanța amintită mai sus, Yuree a exersat peste 20 de ani, ajungând să lucreze pe trunchiuri de arbori legate între ele cu sfori groase. Dar, în fond, nu recordul în sine este cel mai important, ci dovada certă că puterile omului sunt aproape nelimitate. *(A.N.P.)*

Abilitate specială de vedere

Percepția anumitor persoane oarbe uneori ajunge să le dezvolte simțuri complete, la fel ca acelea ale oamenilor normali. Este și cazul Milinei Cunning din Scoția, care și-a pierdut vederea la vârsta de 20 de ani. Capacitățile aproape incredibile ale acestei femei au fost studiate cu mare atenție de o echipă complexă de cercetători. Unul dintre aceștia, care a scanat creierul Milinei, afirmă: „Dacă îi arunc o minge de ping-pong spre cap, ea întinde mâna și o prinde chiar înainte să-și dea seama de asta."

Milina a orbit în urma unui atac cerebral survenit în timpul unei lungi stări de comă de 52 de zile: „Când m-am trezit, nu vedeam decât negru, dar lucrurile au început să se schimbe. După șase luni am început să disting culorile, totuși un eminent specialist, neurologul Gordon Dutton a confirmat că eram complet oarbă..."

Însă Dutton a dorit să o supună pe pacientă unor teste: „A așezat mai multe scaune pe

culoarul spitalului și mi-a spus să parcurg lungimea culoarului cu mersul meu normal, adică încet, cu prudență. M-am lovit aproape de toate scaunele. Atunci, mi-a cerut să refac parcursul, însă mult mai rapid. Nu am mai atins niciun obstacol..." „Nu te gândi prea mult!", a sfătuit-o neurologul. Și a mers: inconștientul femeii pare să fi fost în măsură să o îndrume cu precizie în legătură cu mediul din jurul ei.

„Mă pot deplasa acasă la mine și îmi pot aranja lucrurile fără niciun fel de problemă, a explicat Milina, nu pot să văd obiectele, dar creierul meu îmi spune unde sunt ele. Dacă vreun obiect se află pe jos, în calea mea, îl pot evita sau îl dau deoparte fără problemă."

Există oare un secret al Milinei? Potrivit unei ipoteze cel mai frecvent admise de oamenii de știință, nervul optic continuă să furnizeze microinformații transmise cortexului cerebral la un nivel inconștient. *(A.N.P.)*

Totul despre filmele de Oscar:

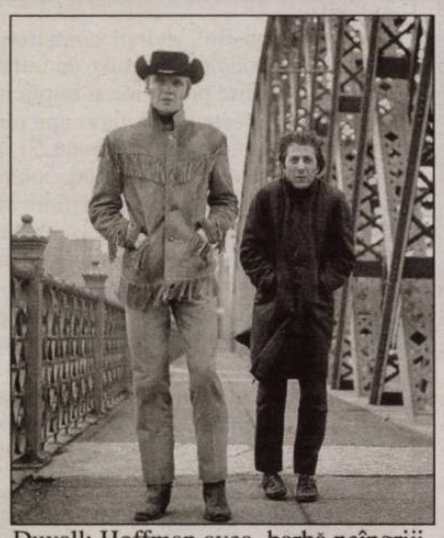
Cowboy-ul de la miezul nopţii

Pe 25 mai 1969, studiourile United Artists lansau pe piaţă „Midnight Cowboy" (tradus la noi „Cowboy-ul de la miezul nopţii"), avându-i în rolurile principale pe Jon Voight şi pe Dustin Hoffman, care interpretau doi indivizi dubioşi, ce-şi făceau veacul pe străzile din New York

A fost primul film cu rating X (producătorii au refuzat să taie scenele „delicate" pentru a face pe plac cenzurii) şi totuşi a devenit prima peliculă din această categorie care nu doar că a fost nominalizată la Oscar, ci a şi câştigat premiul, la categoriile „cel mai bun film", „cel mai bun regizor" (John Schlesinger) şi „cel mai bun scenariu original" (Waldo Salt). După ce filmul a devenit un succes, Academia Americană de Film i-a „redus" ratingul la R, pentru a putea fi văzut în cinematografe de un public mai larg.

Inspirat de un roman al lui Jameş Leo Herlihy, controversatul film a reuşit să aducă încasări de 44 milioane de dolari (circa 200 de milioane după echivalentul de azi). El a salvat cariererele actorilor, producătorilor şi scenaristului Salt, care fusese exclus din lumea mare a Hollywoodului. De asemenea, a produs un şlagăr – cântecul lui Harry Nilsson, „Everybody's Talkin".

Regizorul nu l-a dorit iniţial pe Hoffman pentru rolul Ratso Rizzo, fiindcă toată lumea îl asocia pe actor cu personajul Benjamin Braddock din „Absolventul". Însă într-o seară el l-a întâlnit la un bar al actorilor, frecventat între alţii de Gene Hackman şi Robert



Duvall; Hoffman avea barbă neîngrijită şi un tricou şifonat, iar Schlesinger a avut o revelaţie: era exact genul de „om al străzii" de care avea nevoie.

Toată lumea a fost mulţumită de alegere, mai puţin regizorul „Absolventului", Mick Nickols, care a făcut o scenă teribilă, spunându-i lui Dustin Hoffman: „Am făcut din tine o vedetă şi acum vrei să joci personajul ăsta soios? Eşti doar un decor pentru Voight, el o să ia toţi laurii. Îţi sabotezi cariera!" Însă Hoffman a rămas de neclintit şi a acceptat rolul.

Iniţial, pentru rolul Joe Buck fusese ales Michael Sarrazin, aureolat de prestaţia din „Şi caii se împuşcă, nu-i aşa?" (1969). Dar acesta a cerut mai mulţi bani decât erau producătorii dispuşi să ofere, aşa că ei l-au invitat şi pe Jon Voight să dea o probă de filmare cu Dustin Hoffman. Toţi cei prezenţi au fost unanim de acord că Voight era alegerea ideală – în special Dustin Hoffman, care a declarat: „Când privesc scena în care apar alături de Sarrazin, mă uit la mine, dar când o privesc pe cea unde îi dau replica lui Voight mă uit la Voight.

Voight a fost atât de încântat să joace rolul încât, la un moment dat, i-a spus regizorului „Zi-le producătorilor că aş juca şi pe gratis". Acestora nu le-a trebuit mai mult şi i-au dat salariul minim pentru un film de asemenea anvergură. Mai mult decât atât, în ultima zi de filmări actorul a primit, amuzat, şi nota de plată pentru cele câteva zile cât mâncase pe platourile de filmare: 14,73 dolari.

Să joace un personaj şchiop nu i-a fost greu lui Dustin Hoffman, care a apelat la un truc: şi-a pus pietricele în pantof, astfel încât la fiecare pas era obligat să şchioapete. „Pietrele te fac să şchioapeţi în mod natural, deci nu trebuie să te mai gândeşti la asta, ci doar să-ţi spui replicile", a explicat el ulterior într-un interviu pentru revista Vanity Fair.

Faimoasa scenă în care personajul lui Hoffman este la un pas să fie călcat de un taxi a fost total improvizată. Regizorul a vrut să îi filmeze într-un mod cât mai discret pe cei doi eroi mergând pe străzile aglomerate din New York, aşa că a instalat camera de filmat într-un microbuz. La un moment dat, Hoffman, ocupat să-şi spună replicile, nu a mai observat că semaforul s-a făcut roşu şi s-a trezit cu un taxi care a frânat în ultima clipă. Speriat, el s-a răstit la ta-

ximetrist: „Hei, nu vezi că merg pe aici?" – în sensul că „nu vezi că filmăm?", la care Schlesinger s-a amuzat copios, insistând ca scena să nu fie tăiată la montaj.

În 1994, discutând cu un mare producător de la Hollywood, Schlesinger i-a spus acestuia: „Dacă ţi-aş aduce o poveste cu un spălător de vase care vine din Texas la New York îmbrăcat în cowboy, dornic să ajungă gigolo şi să trăiască în lux, dar întâlneşte un şarlatan şchiop, care până la urmă face pe el şi moare într-un autobuz, mi-ai da bani să fac filmul?" Producătorul a râs şi i-a spus: „În ziua de azi un asemenea film n-ar avea niciun succes, cred că ţi-aş arăta direct uşa."

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Roxana Constantinescu

Pe cât de frumoasă, pe atât de talentată, Roxana Constantinescu este o cântăreaţă română de operă şi lied cântând cu precădere în registrul vocal de mezzosoprană. Născută la Bucureşti în 1980, a fost încă de mică atrasă de muzică, urmând cursuri de pian şi percuţie până să-şi descopere vocea absolut fabuloasă şi să fie cooptată în Corul de Copii al Radioului Bucureştean.

Ulterior, a urmat studii de canto la Universitatea Naţională de Muzică din Bucureşti, instituţie pe care a absolvit-o în anul 2003 ca şefă de promoţie, la clasa reputatei profesoare şi cântăreţe de operă Maria Slătinaru Nistor. După ce a fost premiată în 2001 la Viena, în cadrul concursului Jugend und Musik, tânăra mezzosoprană şi-a făcut debutul pe scena Operei bucureştene cu rolul Lolla din Cavaleria Rusticană.

A primit o bursă Erasmus la Hochschule für Musik und darstellende Kunst din Viena, unde a lucrat, printre alţii, cu profesorii Curt Malm (interpretare scenică) şi Walter Moore (tehnica liedului). Din anul 2003 urmează un curs de perfecţionare la Hochschule für Musik und Theater din München cu Prof. Dr. Edith Wiens, Prof. Juliane Banse şi Helmut Deutsch. Roxana Constantinescu este membră a Bayerische Theaterakademie (Academia de Teatru din Bavaria) şi a obţinut în 2004 o bursă a Deutscher Akademischer Austauschdienst.

În acelaşi an a luat premiul III la concursul internaţional de canto „Tito Schipa" din Italia. Alte premii le-a obţinut în anul 2005, la Concours de Chant Verviers (Concursul de canto din Verviers, în Belgia), iar în România a cîştigat concursurile „Ionel Perlea" şi „Mihail Jora".

În cadrul concursului internaţional de muzică organizat în anul 2006 de Radiodifuziunea din München (ARD), mezzosoprana Roxana Constantinescu a câştigat premiul al II-lea la secţiunea „lied vocal simfonic" (premiul I nefiind acordat).
A fost solistă a Operei de Stat din Viena, interpretând roluri din opere celebre, inclusiv Rosina, din „Bărbierul din Sevilla" şi Donna Elvira din „Don Giovanni".

Festival

Caragiale, contemporanul Bucureştilor

De fiecare dată când scriu despre I.L. Caragiale, îmi vine în minte hotărârea lui, din primăvara lui 1905, de a se muta definitiv la Berlin, împreună cu toată familia.

Adevărul este că, poate din cauza originii sale greceşti, neagreată de contemporani, sau din cauza spiritului său prea incisiv, vezi satira corupţiei şi a politicianismului din *O scrisoare pierdută*, sau dezgustat de atacurile contemporanilor săi, de la oameni politici până la unii scriitori, sau poate pentru că i-a fost respins premiul Academiei pentru anul 1890, Caragiale a ales exilul şi, făcând o paralelă cu zilele de azi, bine a făcut.

Căci cât de penibil sună azi vorbele lui Bogdan Petriceicu-Haşdeu şi ale viitorului premier Dimitrie Sturdza, primul respingându-i lui Caragiale premiul Academiei pe motiv că prin scrierile lui autorul „creează probleme pentru ţară"(?), în timp ce Sturdza a insistat că piesele lui Caragiale nu au reuşit să arate o dragoste pentru „adevăr, frumos şi bine", subliniind că „Domnul Caragiale ar trebui să înveţe cum să-şi respecte naţiunea şi să nu o batjocorească"!

Azi, Caragiale este contemporanul nostru, pentru că aproape fiecare aspect al vieţii îşi găseşte o corespondenţă în scrierile lui de la sfârşitul secolului al XIX-lea.

Actorii îl preţuiesc şi îl iubesc pe Caragiale, şi iată că Primăria Capitalei prin ARCUB organizează, în perioada 18 iulie – 20 septembrie, Festivalul *Bucureştii lui Caragiale*, în aer liber, pe scena amenajată în Parcul Cişmigiu. După o lungă perioadă de cultură *online*, cea de-a opta ediţie a festivalului oferă bucureştenilor două luni de teatru în aer liber cu peste 30 de spectacole din repertoriul a 20 de teatre din Capitală, precizează organizatorii într-un comunicat preluat de Agerpres.

În acest an, *Bucureştii lui Caragiale* prezintă spectacole de matineu şi spectacole de seară. În fiecare duminică şi în unele sâmbete, copiii sunt invitaţi „în lumea poveştilor cu fabule şi basme celebre reinventate în spectacole de balet, spectacole de păpuşi şi pantomimă, concerte educative, spectacole de teatru interactiv şi de magie".

În serile de weekend, spectatorilor le sunt prezentate „comedii spumoase după texte clasice sau de actualitate, cu intrigi poliţiste, adaptări după commedia dell'arte sau spectacole cu aer vintage, spectacole-concert, de dans contemporan, cu elemente de video mapping, muzica live şi coregrafii spectaculoase".

Primul weekend al festivalului, 18-19 iulie, a debutat cu două spectacole premiate şi cu o producţie dedicată celor mici.

Spectacolul *Familia Tot*, câştigător al unui premiu UNITER, a fost programat sâmbătă seara. În regia lui Victor Ioan Frunză, cu o scenografie aparţinând Adrianei Grand, *Familia Tot* este „o foarte frumoasă, foarte comică şi foarte crudă poveste despre dezumanizare sau, pe româneşte, despre cum să faci din om neom".

Din distribuţie au făcut parte actorii Adrian Nicolae, Sorin Miron, Nicoleta Hâncu, Alexandru Ion, Carol Ionescu şi, nu în ultimul rând, George Costin, care a primit, în cadrul Galei Premiilor UNITER 2013, Premiul *Cel mai bun actor în rol principal* pentru rolul din acest spectacol.

Duminica dimineaţă, cei mici s-au delectat cu spectacolul după Ion Creangă, *Capra cu trei iezi*, în montarea Teatrului de Animaţie Ţăndărică.

Weekendul de festival s-a încheiat cu unul dintre cele mai premiate spectacole ale teatrului independent Godot, *Bullets over Lipscani*, în regia tânărului regizor Eugen Gyemant, adaptare după *Bullets over Broadway* a lui Woody Allen, „o comedie în cheia clasicelor *film noir* americane".

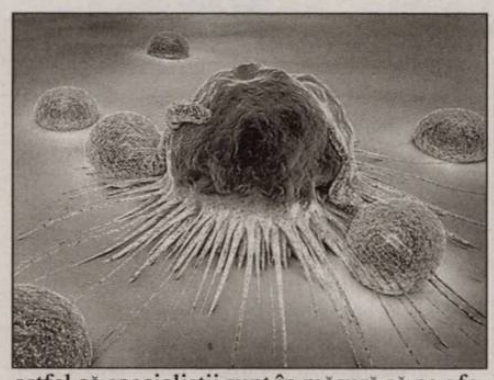
Festivalul *Bucureştii lui Caragiale* „a luat naştere în anul 2012, cu ocazia marcării a 100 de ani de la moartea celebrului nostru dramaturg, şi a fost inspirat de *D-ale Bucureştilor, carnaval la 1900* din Capitală, care a recreat atmosfera Micului Paris începând cu anul 1993".

Festivalul în forma actuală, *Bucureştii lui Caragiale*, s-a desfăşurat, pe rând, în Centrul Istoric al Capitalei, în Parcul Izvor şi, începând din anul 2017, este găzduit de cea mai veche grădină a Capitalei – Parcul Cişmigiu.

GEORGE CUŞNARENCU

Inamicul public nr. 1

În pofida marilor progrese realizate de ştiinţele medicale în ultimele decenii, cancerul, unul dintre prădătorii de top ai sănătăţii oamenilor, a ajuns la niveluri alarmante.



Vinovatul nu trebuie căutat neapărat în vulnerabilităţile organismului nostru sau în medicaţia redusă orientată precis spre combaterea cumplitei maladii, ci – pe lângă faptul că factorii de pericol sunt numeroşi – trebuie conştientizată o realitate prea puţin semnalată şi în consecinţă foarte puţin luată în serios: abundenţa substanţelor cancerigene din jurul nostru, de la alimente şi băuturi consumate în mod curent, până la poluarea aerului, a solului, a apei ori a subsolului.

Corpul uman este făcut să funcţioneze şi să îşi păstreze echilibrul într-un mediu lipsit de toxicitate. Totuşi, produsele de larg consum pe care le mâncăm, le bem ori le aplicăm pe piele pot să se transforme în otrăvuri fatale. Mai ales că un preţ mic nu înseamnă neapărat şi o calitate ridicată. În esenţă, ceea ce numim mod de viaţă contribuie decisiv la prevenirea apariţiei cancerelor de orice tip, astfel că specialiştii sunt în măsură să ne ofere câteva sugestii în acest sens.

■ În măsura posibilităţilor reale, duceţi-vă existenţa cât mai aproape de natură şi cât mai departe de zonele industrializate, de liniile de înaltă tensiune şi de arterele rutiere cu trafic intens. Dacă nu puteţi face acest lucru, încercaţi ca măcar în timpul liber să petreceţi cât mai mult în mijlocul naturii.

■ Ţineţi în locuinţă şi în preajmă plante vii, recunoscute pentru capacitatea de a absorbi din mediu amoniacul, benzenul şi hidraţi precum xilenul.

■ Chiar dacă ştiţi de unde provin şi aveţi convingerea că nu prezintă niciun pericol, spălaţi întotdeauna fructele şi legumele înainte de a le consuma.

■ Încercaţi să consumaţi cât mai multe alimente neprelucrate la temperaturi înalte, în special fructele şi legumele. Acestea joacă un rol important în întărirea sistemului imunitar şi în creşterea rezistenţei celulelor. Evitaţi să gătiţi mâncarea care poate fi folosită în stare crudă. Dacă trebuie totuşi să gătiţi, folosiţi aburul şi nu focul asupra alimentelor şi folosiţi doar vase din oţel inoxidabil.

■ Pe cât posibil, evitaţi curăţătoriile chimice, deoarece soluţiile de curăţare folosite sunt foarte puternice şi implicit toxice.

■ Beţi apă (este de preferat apa plată, mai puţin cea carbogazeificată şi aproape deloc sucurile obţinute din apă, coloranţi, îndulcitori şi alte ingrediente chimice) numai din pahare de sticlă ori din vase de lut, deoarece masele plastice pot fi nocive pentru organism.

■ Utilizaţi cu măsură şi curăţaţi periodic aparatele de aer condiţionat şi de filtrare a aerului.

■ În viaţa cotidiană, folosiţi cât mai multe produse naturale pentru igiena personală (săpun, şampon, creme etc.) şi studiaţi întotdeauna eticheta cu atenţie, înainte de a le cumpăra. Orice produs aplicat pe piele este absorbit în fluxul sangvin, fiind apoi transportat în tot organismul.

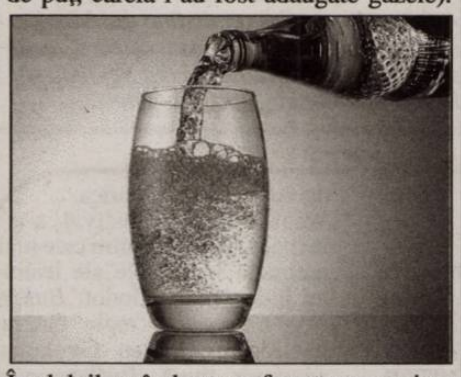
■ Evitaţi deplasările şi să faceţi mişcare în zonele cu trafic intens. Alegeţi în schimb ca spaţii pentru plimbare şi sport parcurile înverzite sau zonele împădurite.

■ Seara şi pe timpul nopţii, evitaţi cât mai mult posibil lumina fluorescentă.

Nu ştim ce bem!

În orice magazin alimentar, consumatorii găsesc numeroase oferte privitoare la apa de consum, fiecare cu caracteristicile sale, dar toate reunite sub ideea că apa de la reţeaua publică nu ar fi tocmai bună pentru consumul curent. Trebuie însă cunoscute cel puţin două lucruri despre aceasta.

Primul – că sintagma „apă minerală" nu se referă doar la aceea care „face bule", ci include şi apa plată (cealaltă este carbogazoasă – „bulele" fiind conţinute natural sau carbogazeificată – termen care arată că produsul iniţial este apa normală, de puţ, căreia i-au fost adăugate gazele).



În al doilea rând, ne confruntăm uneori cu o problemă ce ne poate costa sănătatea: componente chimice ale apei îmbuteliate, care au o toxicitate ridicată!

În ultimii ani, specialiştii din domeniu au tras semnalul de alarmă, precizând că apele îmbuteliate de pe piaţă (apă plată sau apă carbogazoasă) conţin nitraţi şi nitriţi, compuşi chimici extrem de toxici. La nivelul UE, valoarea stabilită a pragului pentru nitraţi este de 50 mg/l, iar cea de nitriţi, de 0,5 mg/l pentru apa potabilă şi 0,1 mg/l pentru apa naturală minerală.

România a preluat pragul impus de UE şi aşa s-a ajuns nivelul conţinutului real de nitraţi să fie de 20-22 mg/l, limită considerată de specialişti prea mare, în special pentru copii. Conform specialiştilor, circa 2.000 de locaţii din România, cele mai multe în judeţele Neamţ, Suceava şi Vrancea, au pânza freatică poluată cu nitraţi şi nitriţi. Aşadar, mare atenţie, fiindcă nu întotdeauna ştim ce bem!

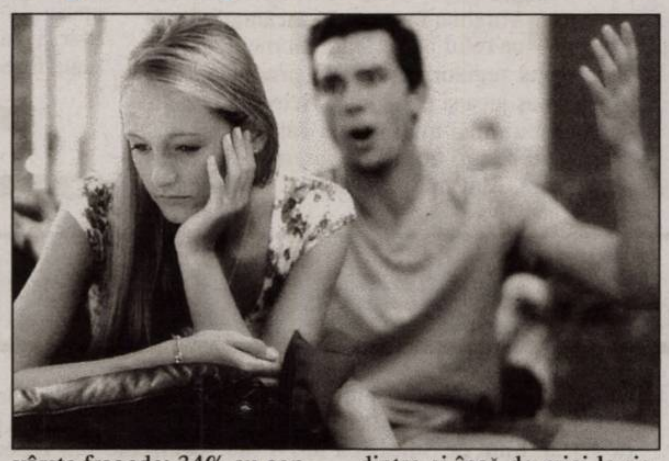
Pericole majore pentru minori

În cadrul unei ample evaluări a riscurilor la care sunt expuşi elevii de liceu în Statele Unite, a fost analizat gradul de expunere a adolescenţilor la şase mari pericole: comportament violent cu urmări fizice, fumat, consum de alcool şi droguri, riscul unei sarcini nedorite sau al unei boli cu transmitere sexuală (inclusiv HIV-SIDA), alimentaţie nesănătoasă, lipsa activităţii fizice.

Specialiştii au atras astfel atenţia că foarte mulţi adolescenţi sunt supuşi pericolelor care stau la baza principalelor cauze de deces în rândul tinerilor cu vârste între 10 şi 24 de ani.

◆ 41% dintre tinerii care au permis auto scriu mesaje pe mobil sau emailuri în timp ce conduc.

◆ Stilul de viaţă necontrolat este conturat şi de consumul excesiv de alcool şi droguri încă de la vârste fragede: 34% au consumat alcool şi 23,4% au consumat marijuana.



◆ 14,8% au fost agresaţi verbal pe internet, în timp ce 19,6% au suferit atacuri verbale, ironii din partea colegilor de şcoală. 8% dintre adolescenţi au încercat să se sinucidă.

◆ 15% dintre adolescenţi au avut deja contacte sexuale cu peste 4 parteneri diferiţi. Doar 59,1% dintre adolescenţii activi sexual au folosit prezervative la ultima relaţie intimă.

Stilul de viaţă necontrolat de părinţi, cu excese în consumul de alcool şi fumat, alături de o dietă nesănătoasă îi expun pe mulţi dintre ei încă de mici la riscul unor boli specifice adulţilor, precum diabetul sau bolile cardiovasculare. Pe o perioadă de 7 zile de monitorizare, 5% dintre elevii de liceu nu mâncaseră deloc fructe sau legume. Pe de altă parte, adolescenţii fac foarte puţină activitate fizică; peste 40% dintre elevii de liceu îşi petrec, după orele de şcoala, mai mult de trei ore pe zi la calculator.

Un semnal puternic de alarmă: deşi studiul a fost realizat de specialişti americani, concluziile lui se aplică în absolut toate detaliile, dar cu un procentaj ceva mai mic, şi adolescenţilor români!

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Riscul de tumori cerebrale la femei

Meningioamele sau tumorile cerebrale sunt înregistrate printre riscurile ridicate de dezvoltare la sute de mii de femei care folosesc medicamente progestative, în contextul ţinerii sub control a menopauzei, a tulburărilor menstruale şi a endometriozei.

Un studiu desfăşurat în acest sens cu un an în urmă se referă la consumul de doze puternice sau pe termen lung a unor produse specifice, precum Lutenilul şi Luteranul şi genericele corespunzătoare lor. Vorbim despre tumori ale „învelişului" creierului (meningele), care sunt benigne, în marea lor majoritate.

Femeile tratate cu medicamente de tipul celor menţionate mai sus sunt expuse unui risc mărit de 3,3-3,4 ori, în raport cu femeile care nu primesc aceste medicaţii. Mai mult, riscul creşte de 7 până la 12,5 ori dacă pacienta urmează tratamentul de cel puţin cinci ani. Pe de altă parte, riscul de meningiom ce impune o intervenţie chirurgicală intracraniană creşte puternic şi odată cu vârsta: este de trei ori mai ridicat la femeile între 35 şi 44 de ani, în raport cu cele care au vârste între 25 şi 34 de ani.

În cadrul studiului realizat în Franţa au fost luate în evidenţă 3,3 milioane de femei care au folosit cîte unul dintre cele două medicamente într-un interval de 12 ani. S-a menţionat în mod expres că utilizarea acestor produse este contraindicată în cazul existenţei unui meningiom sau a unor antecedente medicale în acest sens, tratamentul fiind stopat imediat şi definitiv după diagnosticarea precisă cu tumoarea respectivă.

Pacientelor cu risc li se solicită o informare corectă asupra acestui aspect şi, mai ales, să consulte neîntârziat un medic specialist. De asemenea, femeilor de peste 35 de ani li se recomandă, în caz că urmează tratamentul de cel puţin cinci ani, efectuarea unei imagerii cerebrale prin RMN. Totodată, este semnalat şi faptul că aceleaşi medicamente încă mai sunt utilizate în probleme de tensiuni mamare şi de sindrom premenstrual.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Sufletul şi sângele trebuie să fie într-un flux energetic, afirmă medicina energo-informaţională

Sunt multe lucruri care preocupă omul. Se pune mereu întrebarea: de ce se întâmplă aşa? De ce fac mereu acest lucru, deşi ştiu că nu e bine?

Mulţi oameni doresc să vorbească despre problemele lor. Cu cât personalitatea terapeutului este mai puternică, cu atât mai bine se simte pacientul aflat în tratamentul lui, şi cu atât mai mult doreşte să vorbească despre ce îl preocupă în mod deosebit: frică, necesitate, stări de panică, obiceiuri. Pe de altă parte, pacientul ştie că terapeutul ales este şi persoana care nu are voie să dezvăluie altcuiva problemele discutate.

Fiecare dintre noi şi-a pus desigur întrebarea de ce în anumite situaţii reacţionează aşa! Femeia reacţionează total altfel decât bărbatul! De ce se repetă mereu: eu nu vreau, eu nu pot! Cel care păstrează numai pentru el problemele pe care le are, cu timpul se îmbolnăveşte. Multe lucruri mărunte neclarificate pot duce la probleme mari, dacă nu le acordăm atenţia cuvenită.

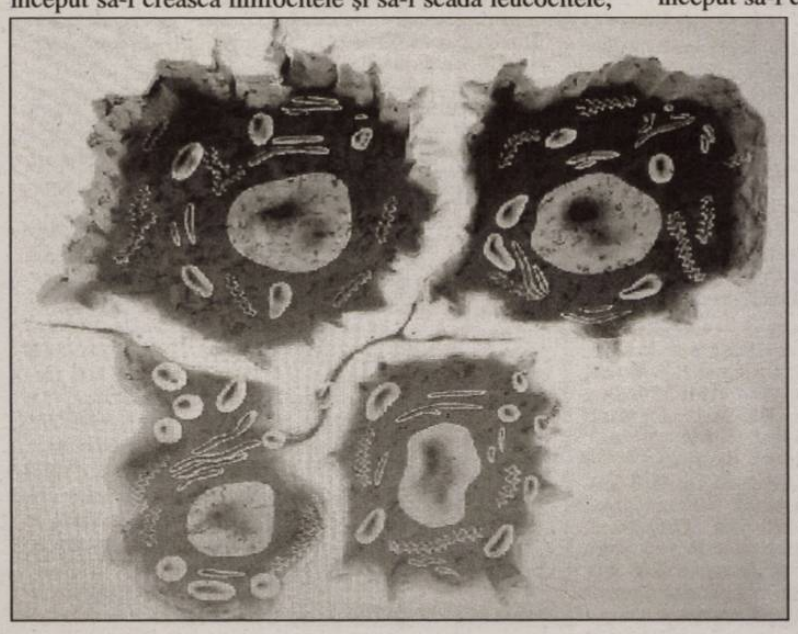
De mulţi ani se cunoaşte influenta sufletului asupra corpului. Aproape 60% din problemele de sănătate sunt în legătură directă cu psihicul şi tendinţa este în creştere, mai ales la persoanele încă active în câmpul muncii. Ne ruşinăm de ceva, ni se înroşeşte obrazul. Când eşti foarte tânăr nu te descurci în asemenea situaţii. Cu vârsta te mai obişnuieşti, dar totuşi simţi că un val de căldură îţi străbate corpul. Sau la femeile care intră la menopauză, deşi de cele mai multe ori nu are legătură cu menopauza, adică nu sunt implicate modificările hormonale, ci mai degrabă este vorba despre neacceptarea trecerii într-o altă etapă de viaţă: îmbătrânirea.

Se ştie de asemenea că problemele nerezolvate duc la formarea de pietre la vezica biliară, dovadă că problemele sunt depozitate în subconştient. Sau depunerea de acid uric pe încheieturi, este iarăşi un semnal că pacientul are multe probleme emoţionale nerezolvate. Cu cât ne îndepărtăm mai mult de predestinaţia noastră, corpul nostru declanşează markeri tumorali care atestă o suprasolicitare care necesită o modificare de direcţie, altfel poarta spre diferite boli rămâne deschisă.

Astăzi se poate afirma cu certitudine că fără o reglare în domeniul psihogen nicio boală cancerigenă nu poate fi eradicată, cu toată chimio sau radioterapia pe care a făcut-o pacientul.

Voi prezenta câteva aspecte de intervenţie terapeutică unde se constată:

■ Pacient a promis ceva de care nu s-a ţinut, au început să-i crească limfocitele şi să-i scadă leucocitele, medicina energo-informaţională intervine pe imunitate şi autoreglare.



■ Pacient nu acceptă flexibilitate şi nici modificări, a început să-i crească CRP, în general autoreglare.

■ Pacient cu un stil de viaţă care nu i se potriveşte, cresc monocitele, imunitate, curăţarea sângelui.

■ Pacient extrem de sensibil, stil mimosa, cresc IgE, autoreglare, NV.

■ Pacientul nu poate plânge, creşte creatinina, reglare metabolism şi renale.

■ Pacientul se simte mereu jignit, creşte COT şi GPT, autoreglare energetică.

■ Pacientul nu se poate debarasa de lucruri vechi, IgG, autoreglare şi repunerea comunicării energetice în corp.

■ Pacientul care nu este consecvent, deşi el a impus regulile, creşte LDH GOT, autoreglare şi repunerea comunicării SNV şi Nervos Central.

Sunt numai câteva exemple din practica de zi cu zi, prin care doresc să pun în evidenţă influenţa psihicului asupra sănătăţii noastre.

Medicina energo-informaţională, o medicină blândă, care are la bază fizica cuantică, se impune tot mai mult în viaţa noastră. Terapiile sunt personalizate în funcţie de informaţia energetică a corpului. Nu doare, nu se dau medicamente. Se recomandă atât copiilor, cât şi adulţilor, indiferent de vârstă.

Informaţia este dinamizată de energia corpului şi joacă un rol decisiv în menţinerea sau restabilirea sănătăţii noastre. Viaţa/sănătatea înseamnă coerenţă în comunicarea energetică a celulelor/organelor şi sistemelor din corpul nostru.

Timpul în care totul se trata cu chimie a trecut, omul de astăzi are posibilitatea să se informeze şi să aleagă pentru el ce este mai potrivit.

Corpul uman este asemenea unui computer biologic care trebuie mereu „devirusat" şi „deratizat", pentru a fi adus în echilibrul energetic din care este ieşit.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, consilier în dezvoltare personală, membră a Societăţii Naturiştilor Homeopaţi din Germania, membră a Societăţii Internaţionale BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3, www.dermavital-med.ro Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

PUBLICITATE

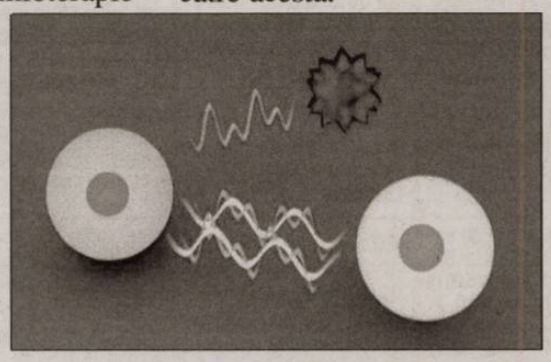
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 31.08.2020

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

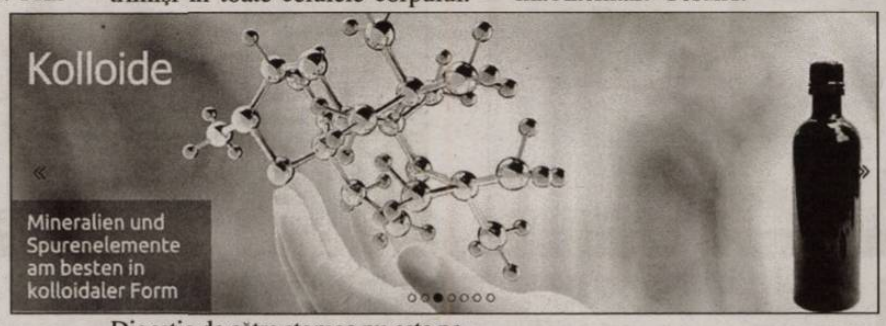
NOU LA DERMAVITAL!

Coloidul este o noţiune din fizică. Datorită tehnologiei moderne a Rezonanţei protonilor, elemente esenţiale vieţii, pot fi transformate în coloide fine. Prin procedura rezonanţei protonilor se separă elementul dorit cu ajutorul unui câmp electric. Un coloid se poate vedea la microscop.

Cele mai importante lichide ale corpului, sângele şi limfa, sunt coloide. De aceea corpul poate prelucra substanţele sub formă coloidală în cea mai bună formă, le recunoaşte imediat şi pot penetra membrana celulară ajungând în organul care are nevoie de aceste substanţe.

Recomandările de utilizare se fac la fiecare coloid în parte. Coloidul recomandat se poate aplica atât intern, cât şi extern, după recomandarea terapeutului.

Oligoelemente sub forma coloidală sunt mult mai eficiente decât pulberea sau comprimatele. Acest lucru se datorează nu numai faptului că sunt produşi în formă cea mai pură, fără aditivi chimici. Coloizi sunt absorbiţi de fluxul sangvin imediat după ingestie şi sunt trimişi în toate celulele corpului.



Digestia de către stomac nu este necesară, deoarece oligoelementul ingerat este deja defalcat. Sistemul digestiv nu este agasat cu descompunerea acestor oligoelemente.

Coloizii pot fi administraţi preventiv sau sub formă de tratament, atât la copii, cât şi la adulţi, indiferent de vârstă.

Nu se intersectează cu alte medicamente de sinteză sau suplimenţi alimentari. Coloizi comercializati prin DermaVital, la reţomandarea medicului terapeut, sunt de cea mai bună calitate produşi într-un laborator din Germania. Firma Alternatic-Gesund.

Corpul nu depozitează coloizii ci îi consumă!

Distribuit în România prin Centrul German DermaVital

Pentru mai multe informaţii accesaţi

www.dermavital-med.ro

sau 0731.871.968 / 021.322.40.04

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestui produs!

PUBLICITATE

LUNI – 31 august

TVR 1

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.30 Tu votezi România! 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 20.50 Tu votezi București! 21.16 Tu votezi România! 21.43 Tu votezi România 9! 22.20 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.20 Telejurnal 0.00-6.00 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „S.W.A.T: Sub asediu" (SUA, 2017). Cu: Sam Jaeger, Adrianne Palicki, Michael Jai White 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Serial: „Vlad" 2.30-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 21.45 Film: „Părinți vs Bunici" (SUA, 2012). Cu: Marisa Tomei 0.00 Observator 0.30 Xtra Night Show cu Dan Capatos 1.30-4.30 Reluări.

PRIMA TV

6.50 Teleshopping 7.20 Film: „Haiducii" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Apel de urgență 11.00 Teleshopping 11.30 Cu lumea-n cap (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Starea nației 23.00 Cronica Cârcotașilor (r) 1.00 Serial: „Trăsniții" 1.30 Schimb de mame (r) 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00 Cu lumea-n cap (r) 5.50 Focus (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis". Cu: Carmen Villalobos 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Doc.: „În inima Africii" 9.00 Teleșcoala 10.05 Serial: „Călătorie de neuitat" 10.45 Ziua limbii române – POESSIS 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic (r) 14.00 Doc.: „În inima Africii" (r) 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Vara amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 Rețeaua de idoli (r) 21.00 Serial: „Primăverii" 22.00 Vara amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.20-5.30 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Valentine's Day" (r) 14.45 Flm (r) 16.30 Film: „Arunc-o pe mama din tren!" (SUA, 1987). Cu: Danny DeVito 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Operațiunea de salvare: Punctul limită" (SUA, 2006). Cu: Mark Dacascos 22.15 Film: „Rugina și oase" (Franța, 2012). Cu: Marion Cotillard, Matthias Schoenaerts 0.45-5.00 Reluări.

MARȚI – 1 septembrie

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tu votezi România! 13.00 Ediție specială 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 20.50 Tu votezi București! 21.16 Tu votezi România! 21.43 Tu votezi România 9! 22.00 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.00 Telejurnal 0.00-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Mai furios, mai iute" (SUA, 2007). Cu: Paul Walker, Tyrese Gibson 23.45 Știrile PRO TV 0.15 Serial: „Vlad" 2.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Rămân cu tine cu Liviu Vârciu 21.45 Film: „Identitate dublă" (M. Britanie, 2010). Cu: Kit Harington, Peter Firth 0.30 Xtra Night Show cu Dan Capatos 1.30-4.30 Reluări.

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 10.00 Starea nației (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Secrete de stil (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Moștenirea" (SUA, 2020). Cu: Luke Goss 22.00 Starea nației 23.00-1.30 Reluări 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309 " (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.35 Doc.: „Geniul lui George Boole" 9.00 Teleșcoala 10.05 Serial: „Călătorie de neuitat" 10.45 Discover România 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic 14.00 Doc.: „În inima Africii" 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Toamna amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00 D'ale lu' Mitică (r) 21.00-22.00 Reluări 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.00-5.00 Reluări.

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Valentine's Day" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Throw Momma From the Train" (r) 14.30 Film: „Spionii în vacanță" (r) 16.15 Film: „DI și Dna Hart: Sezon deschis de vânătoare" (SUA, 1996) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Răpirea lui King" (coprod., 2005). Cu: Anthony Anderson, Jay Mohr 22.30 Film: „Executantul" (SUA, 2017). Cu: Nikolaj Coster-Waldau 1.00-3.30 Reluări.

MIERCURI – 2 septembrie

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tu votezi România! 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Convietuiri 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 20.50 Tu votezi București! 21.16 Tu votezi România! 21.43 Tu votezi România 9! 22.20 Serial: „Cele două fețe ale crimeii" 23.15 Telejurnal 0.00-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Legenda lui Hercule" (SUA, 2014). Cu: Kellan Lutz, Gaia Weiss 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Călătorie periculoasă" (SUA, 2002). Cu: Jean-Claude Van Damme 1.45-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r) 23.45 Observator 0.15 Xtra Night Show cu Dan Capatos 1.00-3.00 Reluări.

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Starea nației (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Happy News (r) 12.00 Teleshopping Live 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Bucătarul detectiv" (SUA, 2015). Cu: Dylan Neal, Brooke Burns 22.00 Starea nației 23.00-1.30 Reluări 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Doc.: „În inima Africii" 9.00 Teleșcoala (r) 10.05 Serial: „Călătorie de neuitat" 10.35 Sănătate cu de toate (r) 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Regatul sălbatic 14.00 Doc.: „În inima Africii" 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Toamna amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Telecinemateca: „Avarul" (Franța, 1980). Cu: Louis de Funes 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 0.15-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

5.00 La Măruță (r) 7.00 Film: „Înfrângerea" (SUA, 1958) 12.00 Film: „Hart to Hart: Harts in High Season" (r) 14.00 Film: „Busola de aur" (r) 16.15 Film: „Cei trei care au speriat Mexicul" (SUA, 1986). Cu: Steve Martin, Chevy Chase 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Dragostea costă" (SUA, 2003). Cu: George Clooney 22.30 Film: „Războinicul" (SUA, 2011). Cu: Tom Hardy, Nick Nolte 1.15-3.45 Reluări.

ANTONIO BANDERAS
– vineri, 22.20 –

GAIA WEISS
– miercuri, 21.30 –

TERENCE HILL
– joi, 1.30 –

CARMEN VILLALOBOS
– luni-duminică, 19.00 –

ANTHONY ANDERSON
– marți, 20.30 –

MARISA TOMEI
– luni, 21.45 –

LAMBERT WILSON
– sâmbătă, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 3 septembrie

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tu votezi România! 13.15 Discover Romania 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 20.50 Tu votezi București! 21.16 Tu votezi România! 21.43 Tu votezi România 9! 22.20 Serial: „Cele două fețe ale crimei" 23.25 Telejurnal 0.05-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Călătoria 2: Insula misterioasă" (SUA, 2012). Cu: Dwayne Johnson 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Memorie programată" (SUA, 2012). Cu: Colin Farrell 2.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (re-run sezon 6) 23.45 Observator 0.15 Xtra Night Show cu Dan Capatos 1.00 Film: „Manglehorn" (SUA, 2014). Cu: Al Pacino Hunter 3.00 Poftiți pe la noi (r).

6.50 Teleshopping 7.20 Serial (r) 10.00 Starea nației (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Casa: construcție și design (r) 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Toamna bobocilor" (România, 1975) 22.00 Starea nației 23.00-1.00 Reluări 1.30 Film: „Armă virtuală" (Franța, 1997). Cu: Terence Hill, Jorge Gil 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00-5.50 Reluări.

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 8.45 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Seial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Doc.: „În inima Africii" 9.00 Teleșcoala 10.05 Serial: „Călătorie de neuitat" 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Doc.: „În inima Africii" (r) 15.00 Teleșcoala (r) 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Toamna amintirilor 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Tentație fatală" (SUA, 2017). Cu: Austin Highsmith 22.00 Toamna amintirilor (r) 23.10 Serial: „Sub soarele Ecuadorului" 0.10-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Intolerable Cruelty" (r) 14.00 Film: „King's Ransom" (r) 16.00 Film: „Dansand la Harvest Moon" (SUA, 2002). Cu: Jacqueline Bisset 18.00 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fantomele fostelor iubite" (SUA, 2009). Cu: Matthew McConaughey 22.30 Film: „O noapte de pomină" (SUA, 2017) 0.15-4.00 Reluări.

VINERI – 4 septembrie

7.00 Telejurnal 10.00 Ca'n viață 10.45 Serial: „Prințul Jumong" (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tu votezi România! 13.15 Discover Romania (r) 13.30 Doc.: „Dulciuri" 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Vorbește corect! (r) 17.15 Serial: „Prințul Jumong" 18.30 Serial: „Comisarul Rex" 19.30 Discover Romania (r) 20.00 Telejurnal 20.50 Tu votezi București! 21.30 votezi România! 21.43 Tu votezi România 9! 22.20 Film: „Altamira" (SUA, 2016). Cu: Antonio Banderas 0.00 Telejurnal 0.50-5.25 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 16.00 Știrile PRO TV 17.00 Ce spun românii 18.00 Știrile PRO TV 19.00 Fotbal Euro U21: Finlanda – România 21.45 Fotbal Nations League: România – Irlanda de Nord 0.30 Film: „Omul cu pumni de fier" (coprod., 2012). Cu: RZA, Rick Yune 2.30-3.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Serial: „Fetița mea" 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Film: „Greu de pensionat 2" (SUA 2013). Cu: Bruce Willis 22.15 Film: „Regele Arthur" (SUA, 2004). Cu: Clive Owen, Keira Knightley 0.30 Film (r) 2.15 Observator (r) 3.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin (r).

6.50 Teleshopping 7.20 Serial (r) 10.00 Starea nației (r) 11.30 Camera de râs 2018 12.00 Teleshopping 14.00 Camera de râs 15.05 Focus 16.00 Serial: „Paradisul femeilor" 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Drumul caselor" (România, 1980) 22.00 Cronica Cârcotașilor (r) 0.00 Film: „Un detectiv cu greutate – Ucigașul din Miami" (Germania, 1991) 0.00 Film: „15" (România, 2005) 2.00 Film (r) 3.30 Serial: „Iubiri secrete" 5.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 5.50 Focus (r).

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Dragoste de gardă" (r) 12.45 Serial (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Doc.: „Ultima călătorie: epava feniciană" 9.00 Teleșcoala 10.00 Serial: „Călătorie de neuitat" 10.45 Discover România 11.00 Serial (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Doc.: „În inima Africii" (r) 15.00 Teleșcoala 16.00 Serial: „Iubire dincolo de timp" 17.00 România... în bucate (r) 17.40 Toamna amintirilor 19.00 Telejurnal 20.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai 6.00 Cap compas (r).

5.00 La Măruță (r) 7.00 Film: „Three Amigos" (r) 9.00 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Dancing at the Harvest Moon" (r) 13.45 Film: „Intolerable Cruelty" (r) 15.45 Film: „Magnolii de otel" (SUA, 2012). Cu: Alfre Woodard, Condola Rashad 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „A naibii dragoste" (SUA, 2011). Cu: Steve Carell, Ryan Gosling 23.00 Film: „Conexiune inversă" (coprod., 2000). Cu: Jennifer Lopez, Colton James 1.15-3.30 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 5 septembrie

7.00 Politică și delicatețuri (r) 8.00 Doc.: „Distanța dintre mine și mine" (r) 9.30 Șah-mat 10.00 Vreau să fiu sănătos! 11.00 Levintza prezintă 11.30 Adevăruri despre trecut (r) 12.00 Festivalului Internațional de Folclor „Cântecele Munților" din Sibiu (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui (r) 15.30 Rugby: Semifinala 1 17.30 Banii tăi 18.00 Lumea azi 18.35 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Haiducii lui Șaptecai" (România, 1971). Cu: Florin Piersic, Marga Barbu 22.50 Serial: „Aventurile căpitanului Alatriste" 23.50-5.05 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Povestea delfinului" (SUA, 2011) 12.30 Film: „Un alt Karate Kid" (SUA, 1994). Cu: Pat Morita 15.00 Film: „Raiul există" (SUA, 2014) 17.00 Film: „Șrumpfii 2" (SUA, 2013) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Omul-Păianjen: Întoarcerea acasă" (SUA, 2017) 22.30 Film: „Cu lumea-n cap" (SUA, 2012). Cu: Paul Rudd, Jennier Aniston 0.30-4.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 13.30 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Film: „Zeii Egiptului" (SUA, 2016). Cu: Gerard Butler, Nikolaj Coster-Waldau 22.00 Film: „Misiune imposibilă: Națiunea Secretă" (SUA, 2015). Cu: Tom Cruise, Paula Patton 1.00-3.45 Reluări.

6.50 Teleshopping 7.20 Serial: „Paradisul femeilor" (r) 9.30 Teleshopping 10.30 Chef Dezbrăcatu' (r) 11.00 Secrete de Stil 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 14.00 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 16.00 Film: „Toamna bobocilor" (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Misterul din Iordania" (SUA, 2016) 22.00 Film: „Un plan sclipitor" (SUA, 2007). Cu: Michael Caine, Demi Moore 0.00-2.30 Reluări 4.30 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 5.30-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Generația Fit 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 (r) 17.00 Zile cu stil (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Memorialul Durerii (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Marquise" (coprod., 1997). Cu: Sophie Marceau, Lambert Wilson 21.50 Discover România 22.10 Serial: „Chip de înger" 0.15-6.00 Reluări.

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 13.45 Film: „Steel Magnolias" (r) 14.30 Film (r) 16.15 Film: „Poliția în direct" (SUA, 2002). Cu: Robert De Niro, Eddie Murphy 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Departe de lumea dezlănțuită" (SUA, 2015). Cu: Carey Mulligan 23.00 Film: „Aladdin și lampa morții" (SUA, 2012). Cu: Darren Shahlavi 0.45-5.00 Reluări.

DUMINICĂ – 6 septembrie

7.00 Universul credinței (r) 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.10 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri (r) 15.30 Rugby: Semifinala 2 16.30 Breaking Fake News (r) 17.00 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar România (r) 19.00 Vizita de lucru (r) 19.35 Cerbul de Aur (r) 19.40 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Festivalului Internațional de Folclor „Cântecele Munților" din Sibiu 23.00-6.25 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Garfield" (SUA, 2006) 11.30 Ce spun românii (r) 12.30 Film (r) 14.45 Film: „Aurul nebunilor" (SUA, 2008) 17.15 Film: „Tântălaul și gogomanul: Când Harry l-a cunoscut pe Lloyd" (SUA, 2003) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Dezastrul din San Andreas" (SUA, 2015). Cu: Pierce Brosnan 0.15-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 14.00 Film: „Zeii Egiptului" (r) 16.00 Rămân cu tine (r) 19.00 Observator 20.00 Film: „Escape Plan: Testul suprem" (SUA, 2013). Cu: Arnold Schwarzenegger, Sylvester Stalone 22.15 Film: „Conan" (SUA, 2011). Cu: Jason Momoa 0.30 Film (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Rămân cu tine (r).

6.50 Teleshopping 7.20 Camera de râs 2018 8.10 Happy News 8.45 Casa: construcție și design 10.30 Chef Dezbrăcatu' 11.00 Apel de urgență 12.00 Teleshopping Live 14.00 Film: „Un detectiv cu greutate" (r) 16.00 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 18 19.00 Serial: „Trăsniții" 20.00 Schimb de mame 22.00 Starea nației (r) 23.00 Film: „Săracele dive" (SUA, 2011). Camilla Belle, Alexa PenaVega 1.00-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dincolo de noi" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial: „Iubire ca în filme" (r) 9.15 Serial: „Camera 309" (r) 10.15 Serial: „Iubire ascunsă" (r) 11.45 Serial: „În sfârșit, există Paradis" (r) 14.00 Serial: „Fără privirea ta" (r) 15.00 Serial: „Camera 309" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dincolo de noi" 18.00 Serial: „Fără privirea ta" 19.00 Serial: „În sfârșit, există Paradis" 21.00 Serial: „Camera 309" 22.00 Serial: „Iubire ascunsă" 23.00 Serial: „Iubire ca în filme" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Repere sacre 11.30 Natură și aventură (r) 12.00 Generația Fit (r) 12.30 Sănătate cu de toate 13.10 Film: „Imposibila iubire" (România, 1983) 14.30 Toamna amintirilor 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Imposibila iubire" (România, 1983) 22.10 Film: „Cele mai bune intenții" (coprod., 1992) 1.20-5.05 Reluări.

6.00 Film: „Steel Magnolias" (r) 8.30 Serial: „La Bloc" (r) 10.45 Film: „Showtime" (r) 12.45 Film (r) 15.15 Film: „Harry Potter și Prințul Semipur" (SUA, 2009). Cu: Daniel Radcliffe 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Culoarea sentimentelor" (coprod., 2011). Cu: Emma Stone, Viola Davis 23.15 Film: „Monstrul din Marea Bering" (SUA, 2013). Cu: Gralen Bryant Banks, Brandon Beemer 1.00-5.00 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

EXPRESII

PRESCRISĂ DE DOCTOR		NEBUN DE LEGAT		PREFIXUL VECHIMII		SIMBOL DE ARGINT		UN BUN ROMÂN		ÎNTREG ȘI NEVATĂMAT	
CREIOANE DE MACHIAJ		AFLATĂ CU GREU		ANDREEA ESCĂ		PĂSTORI		MONEDĂ DIN IRAN		LEGĂTURĂ DE FAMILIE	
SECȚIONĂRI CU CUȚITUL							OU DE PEȘTE				
PLICTICOS, ANOST							DANS CUBANEZ				
				A VENTILA					ÎN SAFE!		
				TRATATE DE CARDIOLOGI					IEȘIT DIN MIȘCARE		
BĂRBAȚI CU COPII					CASĂ PE ROȚI						
FEMEIA ETERNĂ					CÂNTECE DE MIERLE						
		PRIETEN DE SUFLET						IARBĂ REA			
		ANTIMONIU						NU AU CREDINȚĂ			
	VERDEAȚĂ ÎN TROACĂ					LATERALE LA POARTĂ					ARD FĂRĂ FLACĂRĂ
	A ASASINA					OBLOJITĂ CU LEACURI					
			UIMIȚI							ZIUA CE A TRECUT	
			DE MARE ÎNTINDERE								
AFARĂ DIN JOC							RESPECTĂ MORALA				
CUNUNIA DE LA PRIMĂRIE							A AVEA ADEVĂRUL				
				DAȚI CU CREMĂ					FINALE LA VOLEI		
				ÎN CATREN!					FIINȚĂ RAȚIONALĂ		
NEAJUNS								CEREALĂ PENTRU CAI			
NEATENT											
NICI PRO, NICI CONTRA											
						A ÎNMULȚI ENORM					

Umor

☺ *– Vezi că inspectorul care a fost luna trecută a dispus să fie marcate toate viețuitoarele din fermă. Ai terminat?*

– De ieri. Dar a fost greu al dracului.

– Cu taurii, nu?

– Taurii ca taurii, mă așteptam, dar cel mai migălos a fost cu albinele!

☺ *Prea mulți nebuni la spital. Trebuia făcut ceva. Un doctor găsește o soluție. Merge într-o cameră plină de nebuni, desenează o ușă pe perete, cu broască, yală și le zice:*

– Sunteți liberi să plecați când vreți.

Toți nebunii se îngrămădesc să iasă, zgârie peretele, numai unul stă și râde. Se duce doctorul la el, îl felicită și-i mai spune:

– Se pare că tu ești vindecat. Poți să pleci, dar un singur lucru să-mi mai spui: totuși, de ce nu ai sărit să ieși?

– Păi, cheia e la mine.

☺ *Doi olteni în vacanță. La ora 3 dimineața, unul îl trezește pe celălalt:*

– Marine!

– Ce-i?

– Deschide ochii si spune-mi ce vezi?

– Cerul.

– Și?

– Și Luna.

– Și?

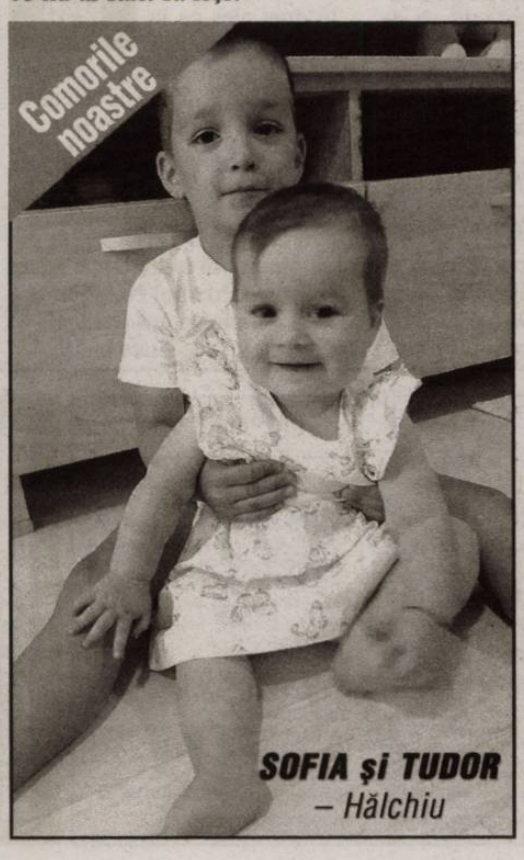
– Și Carul Mare.

– Și?

– Și Carul Mic.

– Și?

– Și... Ioaneee!... aștia ne-au furat cortul.



SUDOKU

jocul săptămânii 30

		1	3			4	8	
		4			7	6		5
5				4				9
1					8		7	
2				7				3
	9		5					2
7				6				8
6		9	7			2		
	8	3			5	7		

Soluția în următorul număr

Soluția **«SUDOKU»** – jocul săptămânii 29

2	6	1	5	3	7	8	4	9
5	8	4	9	2	1	6	7	3
7	9	3	4	8	6	5	1	2
9	3	7	6	4	8	2	5	1
4	2	6	1	9	5	3	8	7
8	1	5	3	7	2	4	9	6
1	4	9	8	6	3	7	2	5
3	5	2	7	1	4	9	6	8
6	7	8	2	5	9	1	3	4

Soluția integramei „SUCCESIUNI"

Orizontal: S - S - A - A - C - M - MOSTENITOARE - CUIE - NERVOS - NAIV - ETIC - SE - TEASTA - AFIN - AER - UNIT - ROI - P - ALAI - ILAR - AC - AVIATII - C - UIMI - REPEZI - ZANA - ASIA - LU - REIATA - IROD - ATLETA - ATATA.

Verificați-vă cunoștințele!

Ursul

1. Din ce familie de mamifere face parte ursul?
2. Cum se numea nimfa din mitologia greacă, iubită de Zeus, mamă a regelui Arkas, viitorul rege al Arcadiei, transformată de marele zeu în ursoaică, pentru a evita gelozia soției sale, Hera?
3. Cum se numea „Zeița-ursoaică" din mitologia celtică?
4. Ce prozator american a scris nuvela „Ursul"?
5. Ce rapsod și cantautor român interpretează cântecul „Ursul românesc"?
6. Care este numele popular al constelațiilor „Ursa mare" și „Ursa mică"?
7. Cine a realizat, în 1968, filmul franțuzesc „Ursul"?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Zeița din mitologia abhază, ocrotitoare a agriculturii și a tuturor roadelor pământului se numea Dadja. 2) Zeița htonică din mitologia greacă patronând agricultura se numea Demeter. 3) Reprezentările fantastice din mitologia românească se numesc sânziene. 4) Romanul „Secerișul roșu" a fost scris de romancierul brazilian Jorge Amado (1912-2001). 5) Tabloul „Cosași odihnindu-se" poartă semnătura lui Camil Ressu. 6) Piesa „La seceriș" aparține compozitorului Tiberiu Brediceanu. 7) Filmul „Vară" și fum" a fost realizat de regizorul Peter Glenville.

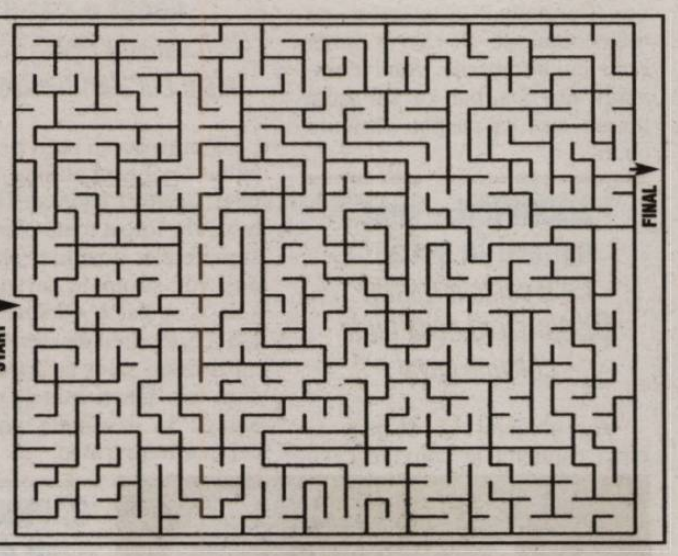
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Ochii" am primit câte șapte răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***IOANA PETRESCU – București.*** Fotografiile copiilor pot fi trimise și pe suport de carton, dar și prin poșta electronică. Vă așteptăm atât cu fotografiile, cât și cu noi sugestii privitoare la rubrică. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Sfaturi practice

■ Niciodată geamurile nu se șterg când bate soarele în

ele deoarece vor rămâne o grămadă de dâre.

■ Mobila din lemn de stejar își recapătă prospețimea și luciul dacă este ștearsă cu o cârpă înmuiată în bere caldă.

■ Smocurile de iarbă crescute între dalele de piatră din curtea casei se scot mai întâi cu ajutorul unui cuțit, apoi în găurile rămase se toarnă apă clocotită. Doar așa nu va mai crește nimic în loc.

■ Icoanele din lemn se curăță cu o cârpă moale înmuiată în

oțet amestecat cu ulei. Se lasă apoi să se usuce și se șterg după aceea cu o cârpă uscată.

■ Marmura albă se curăță cu apă oxigenată în care ați dizolvat sare. Proporția trebuie să fie de 6:1.

■ Mirosul neplăcut al vaselor sau caserolelor din plastic dispare dacă puneți în ele o bucată de pâi-

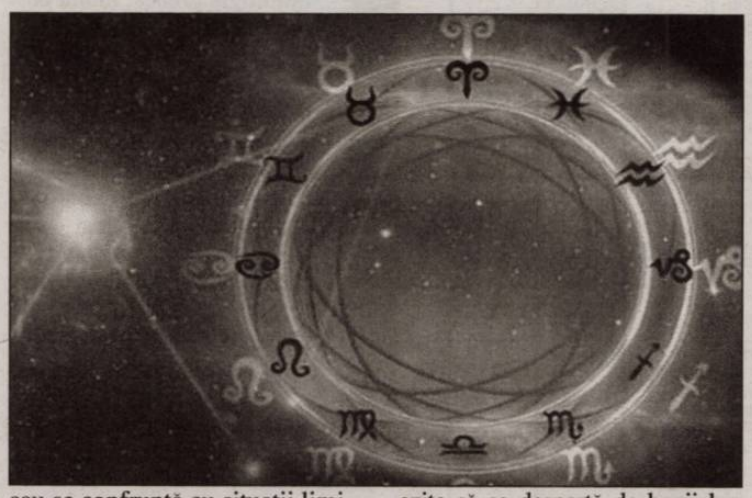
ne înmuiată în oțet de vin alb și le lăsați așa peste noapte. Vasele vor putea fi folosite din nou pentru păstrarea alimentelor.

■ Bibelourile din porțelan se curăță bine dacă le scufundăm într-o baie de apă caldă amestecată cu Borax.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Obiceiurile enervante ale fiecărei zodii 2

Săptămâna trecută am început să arătăm ce ne spun astrologii despre obiceiurile noastre enervante în funcţie de zodia din care facem parte. Cu toţii facem tot felul de lucruri din automatism, fără să ne gândim că deranjăm în jur. Iată, în continuare, care sunt obiceiurile sâcâitoare ale următoarelor şase zodii.



BALANŢĂ – abandonează orice pentru romantism!

Ce îi caracterizează? Prea indecişi.

Este tipul de prieten pe care nu-l veţi vedea şi nici auzi atunci când este într-o relaţie. Efectiv vor dispărea de pe faţa Pământului pentru a se dedica complet dragostei. Când îşi vor reveni vor fi probabail în întârziere cu toate noutăţile şi vă vor înnebuni cu întrebările. Sunt enervanţi, nu? Da, dar vă vor ajuta mereu, aşa că păstraţi legătura cu ei.

SCORPION – sunt experţi în scuze!

Ce îi caracterizează? Dispar rapid dacă nu le convine ceva!

Au obiceiul să dispară atunci când nu le convine ceva sau se confruntă cu situaţii limită. Sau, pur şi simplu, dacă nu au chef, pot deveni mai mult un obstacol decât un ajutor. Sigur, mulţi se vor grăbi să-i catalogheze leneşi, dar Scorpionii se ghidează după vorba populară „Dacă munca era bună, o luau boierii.”.

SĂGETĂTOR – fac mai multă mizerie în jur decât e cazul!

Ce îi caracterizează? Sunt ca nişte bucătari neobişnuiţi!

Pentru aceşti nativi, orice rezultat final este obţinut în urma unei călătorii haotice. Dacă gătesc, vor folosi toate obiectele şi suprafeţele posibile, dacă fac duş vor stropi în jur de parcă s-ar fi spălat 6 persoane şi tot aşa... Sunt greu de suportat dacă nu îi lăsaţi să-şi facă treaba aşa cum vor. Ţineţi cont că pentru a ajunge la destinaţie vor alege cel mai lung traseu.

CAPRICORN – pot deveni obsesivi!

Ce îi caracterizează? Prea zgârciţi!

Cunoaşteţi pe cineva care uită să îşi ia portofelul când merge la restaurant? Probabil, mai mult ca sigur, acesta este nativ Capricorn. Unii îi catalogheză uşor ca zgârciţi, dar nu se gândesc că muncesc din greu pentru orice câştig financiar pe care îl au şi din acest motiv vor ezita să se despartă de banii lor. De asemenea, au obiceiuri repetitive legate de stiloul, pixul sau orice alt obiect îl folosesc des. Vor păstra aceste obiceiuri până când cineva de lângă ei explodează.

VĂRSĂTOR – pot fi extrem de neîncrezători!

Ce îi caracterizează? Se autodistrug!

Nativii acestei zodii pot ajunge extrem de plictisiţi şi adesea nu se simt confortabil în prezenţa cuiva, chiar dacă poate fi vorba şi despre partenerul de viaţă. Ei au nevoie de mult timp pentru acomodare. Vărsătorii merg în propriul ritm şi natura lor dificilă poate face pe cineva efectiv să înnebunească încercând să se apropie de ei.

PEŞTI – uită cam des!

Ce îi caracterizează? Sunt dezordonaţi!

Trebuie să recunoaştem că nativii Peşti sunt dezordonaţi. Li se întâmplă des să intre într-o cameră şi să uite de ce au venit sau îşi pierd cheile, ochelarii sau telefonul în mod constant şi nu pun niciodată diverse lucruri în acelaşi loc de două ori. Probabil îi veţi ocoli ca să nu vă mai faceţi nervi din cauza obiceiurilor enervante pe care le au. Ţineţi cont că devin extrem de nervoşi când nu îşi găsesc lucrurile, aşa că mai bine fiţi atenţi pe unde şi le pun ca să îi scoateţi din impas.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ XP-1 Hyperion – autoturismul viitorului ■ Visele, la capăt de drum ■ Tabloul care a schimbat istoria Angliei ■ Palatul Culturii din Iaşi ■ Al treilea articol OZN în The New York Times ■ „Operaţiunea Catapulta”: De ce a scufundat Churchill flota franceză?

HOROSCOP

31 august – 6 septembrie 2020

BERBEC 21.03-20.04

Vreţi să vă folosiţi de mintea agilă pentru a scrie, a citi sau pentru jocuri care necesită concentrare mai mare. Totuşi, în viaţa dumneavoastră există multă agitaţie legată de locuinţă şi de membrii familiei.

TAUR 21.04-21.05

Discuţiile despre familie vor fi tactice şi diplomatice, deoarece apreciaţi ce se întâmplă în jurul dumneavoastră. Important este că veţi realiza frumuseţea împrejurimilor, precum şi cu câtă dragoste sunteţi înconjuraţi de cei dragi.

GEMENI 22.05-21.06

Vă place să învăţaţi şi să cunoaşteţi oameni noi. S-ar putea chiar să alocaţi bani suficienţi pentru dumneavoastră, ceea ce vă va ispiti să deveniţi extravaganţi. Este o săptămână bună pentru investiţii financiare!

RAC 22.06-21.07

Veniturile şi problemele financiare continuă să vă preocupe în aceste zile. Aţi putea face cumpărături mai mult ca de obicei sau nişte negocieri comerciale nu tocmai inspirate. Veţi avea însă succes datorită lui Venus care vă va îndulci cuvintele.

LEU 22.07-22.08

Sunteţi iteresaţi de tot ce este în jurul dumneavoastră şi mintea va alerga de la un subiect la altul. Trebuie însă să vă creaţi o listă de priorităţi, deoarece nu puteţi face totul. Dorinţa de a explora şi de a învăţa lucruri noi este puternică, aşa că acumulaţi cu uşurinţă.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Cercetaţi sau găsiţi soluţii la probleme vechi pe care le-aţi lăsat nerezolvate de ceva vreme. Vă preocupă situaţia financiară, mai ales că veţi căuta să plecaţi în vacanţă cât de curând. La sfârşitul săptămânii se poate ivi o nouă relaţie romantică.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Săptămâna aceasta vă veţi bucura de compania unor prieteni mai tineri şi veţi primi destulă energie ca să vă ocupaţi de obiectivele dumneavoastră. Vă îmbunătăţiţi relaţiile, dar trebuie să ţineţi cont să nu le puneţi în pericol pentru un simplu moft.

SCORPION 23.10-21.11

Parcurgeţi o perioadă bună şi sunteţi atât de strălucitori, ca atunci când asupra dumneavoastră este un reflector puternic. Este timpul să vă faceţi planuri pentru viaţa profesională sau pentru a avansa în carieră.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Este cel mai bun moment al anului pentru a explora locuri noi şi a învăţa. Sunteţi curioşi de fel, aşa că cercetaţi în amănunt ceea ce vă interesează şi veţi dobândi noi cunoştinţe. Puteţi primi cadouri sau alte beneficii de la persoana iubită.

CAPRICORN 22.12-19.01

Aţi putea întâlni pe cineva care să vă tulbure puţin liniştea interioară. Din fericire, apreciaţi partenerii şi prietenii adevăraţi. Cu toate acestea, în viaţa profesională există o mulţime de motive care ar putea crea tensiune în familie.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Acum vă puteţi clarifica anumite sentimente legate de persoana iubită sau faţă de un partener. Dacă cineva nu este însă de acord cu dumneavoastră, sunteţi gata să vă apăraţi. Ar trebui să acceptaţi şi o opinie venită de la alţii.

PEŞTI 19.02-20.03

Pentru dumneavoastră urmează o săptămână când veţi realiza foarte multe, mai ales că la locul de muncă vă înţelegeţi bine cu colegii. Veţi fi mai competitivi ca de obicei şi dispuneţi de o mare energie pe care o veţi folosi în tot ce întreprindeţi. Succes!

Nativul săptămânii: **Sir Edward Victor Appleton** (06.09.1892 – 21.04.1965)

A fost fizician englez şi pionier în radiofizică. Acest nativ al zodiei Fecioară a câştigat Premiul Nobel în anul 1947 pentru munca care demonstrează existenţa ionosferei în timpul experimentelor efectuate în 1924.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
0213178965

Abonamente la „Magazin” direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	7,50 LEI
❑ 2 LUNI	15,00 LEI
❑ 3 LUNI	22,50 LEI
❑ 4 LUNI	30,00 LEI
❑ 5 LUNI	37,50 LEI
❑ 6 LUNI	45,00 LEI

În atenţia abonaţilor!

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin” S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravalorea abonamentului dorit (70 euro sau 80 $, un abonament pe şase luni; 35 euro sau 40 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1513 ● ANUL LXIII ● 3 SEPTEMBRIE 2020 ● 16 PAGINI ● 2,5 LEI Nr. 31 (3263)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

VIITORUL ne este deja „scris”

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Look de excepţie

Dosarele frumuseţii

3 măşti naturale

Consultaţii fără plată

TEHNOLOGIILE ÎNALTE – îngeri şi demoni

„Răbdarea înseamnă să ştii că iarba nu creşte mai repede dacă tragi de ea.”

Mihail Sadoveanu

Întoarcerea la analog

UNIVERSUL DIGITAL ESTE VIITORUL, NI SE SPUNE. În ce întuneric a trăit omenirea în lumea analogă de acum câteva milenii! Sau nu?

Să vedem. În anul 1901, încă nu se auzise de computere. De pe fundul Mării Mediterane a fost scos la suprafaţă un obiect ciudat care a fost numit „mecanismul de la Antikythera”, un instrument extrem de sofisticat considerat ulterior cel mai vechi computer din lume. Avea o vechime de 2.000 de ani.

De mărimea unei cutii de încălţăminte, cu piese din bronz care se îmbină cu sute de dinţi triunghiulari, acest mecanism a fost construit pentru a cartografia traseele corpurilor cereşti şi era capabil să facă operaţii de adunare, înmulţire, scădere şi împărţire – totul prin manevrarea unui mâner.

Avea să treacă o jumătate de secol de la descoperirea lui, înainte ca adevărata sa complexitate să devină evidentă. Între timp, lumea dezvoltase o nouă specie de instrumente: calculatoarele digitale pe care le folosim şi astăzi. Puse în funcţie cu energie electrică mai degrabă decât manevrate cu un mâner, calculatoarele au fost un pas imens înainte şi s-au dovedit suficient de rapide şi puternice pentru a menţine lumea modernă pe linia de plutire. Dar calculatoarele digitale nu sunt întotdeauna cel mai bun instrument de pe masa noastră.

Calculatoarele digitale se luptă încă să imite procesele complexe ale creierului uman, dar Inteligenţa Artificială de azi are nevoie de ceva mai mult.

Încercând să răspundă mai bine provocărilor din ziua de azi, cercetătorii din domeniul computerelor caută tehnici analogice care amintesc mai curând de mecanismul din Antikythera decât de computerele convenţionale de astăzi.

Pentru a salva viitorul calculatoarelor digitale este posibil să avem nevoie de o infuzie din trecutul analog. Într-un dispozitiv precum mecanismul Antikythera care este alcătuit dintr-un set de rotiţe dinţate, de exemplu, poziţiile anumitor roţi reprezintă locaţiile Soarelui şi ale Lunii. Poţi spune întotdeauna unde se află aceste obiecte celeste doar uitându-te la rotiţe. În contrast, o maşină digitală nu are astfel de repere exacte. În schimb, ea transformă toate informaţiile în numere, cum ar fi coordonatele Soarelui şi ale Lunii şi efectuează calcule pe aceste numere pentru a determina mişcarea lor.

Să ne amintim, primul computer digital programabil, de uz general, a fost Integratorul Numeric Electronic şi Calculatorul (ENIAC), introdus în 1946. Avea dimensiunea unei camere şi dura zile întregi pentru a-l programa, dar a fost semnificativ mai puternic decât orice computer anterior.

„Lumea fizică este analogă”, spune Yannis Tsividis de la Universitatea Columbia din New York. Tehnologia analogică este încă în jurul nostru. Semnalele radio electromagnetice pe care smartphone-urile noastre le utilizează pentru a comunica între ele, de exemplu, sunt analogice, necesitând convertoare analogice-digitale pentru a permite procesarea electronică a telefonului. Există situaţii în care aceste tehnologii se dovedesc superioare celor digitale pentru prelucrarea datelor.

De aceea, Tsividis şi colegii sunt preocupaţi de noi tipuri de elemente de circuit pentru a dezvolta cipuri electrice analogice. Spre deosebire de calculatoarele analogice din anii 1940 şi 1950, cu cartelele lor perforate şi cablarea primitivă, aceste noi chipuri analogice beneficiază de toate progresele din cercetarea semiconductorilor care au făcut computerele digitale mai mici şi mai rapide. Aceste noi cipuri analogice se pot conecta între ele, precum şi cu computerele digitale convenţionale şi – cel mai important – pot rezolva anumite probleme mai rapid şi mai eficient decât omologii lor digitali.

De exemplu, înmulţirea digitală a două valori binare din opt cifre ar avea nevoie de aproximativ 3.000 de tranzistoare, dar un computer analog ar avea nevoie de maximum opt. „Se pare că oamenii nu au considerat calculul analog în contextul tehnologiei moderne”, crede Tsividis. „Noi am făcut-o, iar lucrurile par foarte promiţătoare”. Nu doar electronica ar putea fi utilă pentru calculul analogic.

> **„AM RENUNŢAT ŞI RENUNŢĂM LA OBIECTELE ANALOGE ŞI NE SCUFUNDĂM ÎN LUMEA VIRTUALĂ, FĂRĂ REMUŞCĂRI.**

Antrenarea creierului

Un sprijin deosebit de influent al computerizării analoge a venit din partea Agenţiei Proiectelor de Cercetare Avansată pentru Apărare (DARPA), care a decis să se implice investind în această tehnologie inovatoare. În 2016, DARPA a căutat modele pentru dispozitive analogice sau hibride analogice / digitale care ar putea oferi capabilităţile unui supercomputer într-un dispozitiv de tip desktop. Unele dintre cele mai promiţătoare idei s-au învârtit în jurul dispozitivelor electronice numite *memristori*.

De fiecare dată când un curent electric trece printr-un circuit, acesta întâlneşte o rezistenţă. Într-un *memristor*, această rezistenţă se schimbă ca răspuns la utilizarea anterioară, iar starea de rezistenţă modificată este păstrată atunci când circuitul este oprit, ceea ce înseamnă că are memorie. Acest lucru este util pentru stocarea de date fără să fie necesară alimentarea electrică, dar interesează şi oamenii de ştiinţă care lucrează la calculatoarele neuromorfice, acelea în care circuitele electronice sunt folosite pentru a imita funcţionarea creierului.

Puterea conexiunilor, sau a sinapselor, dintre neuronii creierului devine mai puternică pe măsură ce mai multe semnale trec prin ele şi slăbeşte dacă semnalele devin rare, oferindule funcţii de învăţare pentru a îmbunătăţi memoria.

Această conectivitate care variază continuu este dificil de reprodus cu tehnologia digitală, care are nevoie de curenţi pentru a fi într-o stare sau alta – pornită sau oprită. *Memristorii* sunt, prin urmare, văzuţi ca o variantă atractivă pentru computerizarea neuromorfă. Însă nu toată lumea este convinsă. „Văd câteva avantaje minore ale circuitelor analogice pentru implementările neuromorfe, dar modele de proiectare digitală optimizează elementele-cheie, cum ar fi precizia, puterea, viteza şi costul cipului – într-un mod în care abordările analogice nu reuşesc”, spune Mike Davies, directorul Laboratorului Neuromorfic de Calcul Intel.

„Aceste dispozitive şi sisteme analogice imită sisteme reale de procesare neuronală”, spune Giacomo Indiveri de la Institutul Federal Elveţian de Tehnologie din Zürich. „Dar chiar şi aşa, ele sunt zgomotoase, imprecise şi nesigure”.

Indiveri este un avocat pentru combinarea analogului cu tehnologiile digitale pentru a obţine cele mai bune rezultate din ambele. Părerea lui este că acolo unde sistemele biologice de procesare neuronală nu prezintă suficientă precizie, ele în schimb compensează cu mecanisme de feedback sofisticate pentru adaptare, învăţare şi plasticitate. Proiectate corect, dispozitivele şi algoritmii neuromorfi ar putea beneficia de acest compromis. Acest lucru poate avea rezultate semnificative în privinţa puterii şi a vitezei de calcul.

Gigantul tehnologic IBM Blue Gene a fost unul dintre cele mai puternice supercomputere din lume în anul 2011, dar încă se străduia să simuleze miliardele de neuroni şi sinapsele din creierul unei pisici, folosind în acest scop energia electrică necesară pentru alimentarea a 1.000 de case. Dispozitivele *Memristor* nu numai că pot fi mai compacte, dar au şansa de a se potrivi cu eficienţa energetică a creierului, oferind aceleaşi rezultate cu un consum electric de 1.000 de ori mai mic.

Şi IBM are echipe dedicate inovaţiei analogice pentru Inteligenţa Artificială.

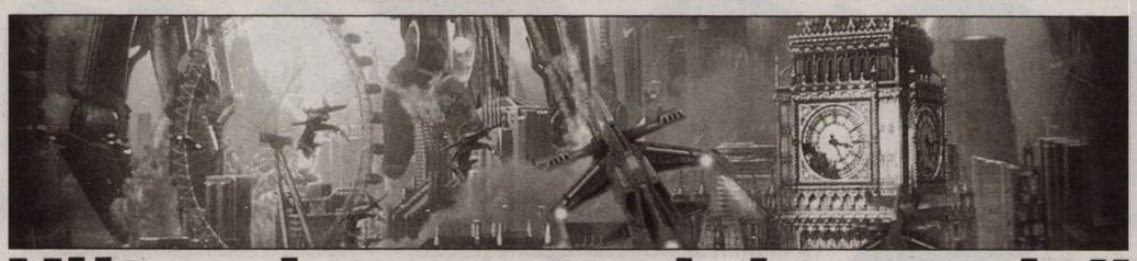
Unul dintre cercetătorii firmei, Hsinyu Tsai, subliniază că astfel de dispozitive analogice încep să fie folosite în tehnologia de zi cu zi, cum ar fi cipurile specializate care permit preluarea apelului pe telefoanele inteligente cu o comandă vocală.

În urmă cu două mii de ani, mecanismul Antikythera s-a scufundat pe fundul mării. Ajungem să înţelem de-abia azi adevărata putere a moştenirii sale analogice.

GEORGE CUŞNARENCU

31
5 948427 000164

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU MUREŞ



Viitorul ne este deja „scris”

„Univers distopic”. ***O sintagmă aparent ciudată, greu de explicat, preocupă tot mai mulţi oameni, fie ei fizicieni, psihologi, medici, astronomi, scriitori, futurologi şi aşa mai departe.***

Totuşi, chiar dacă de obicei atribuim această idee – predestinarea, „planul” preexistent al destinului fiecăruia dintre noi – unei entităţi supraumane, supranormale, iată că şi unii oameni de ştiinţă susţin, argumentat, că nu ar fi deloc imposibil să fim rezultatul unei evoluţii coerente şi logice a materiei, pe care chiar am putea să o cunoaştem înainte ca ea să se concretizeze.

Autori de teorii ale distopiei au schiţat aproape în totalitate cele mai nefaste perspective pentru omenire – ecologice, sanitare, sociale sau/şi militare. Totuşi, dincolo de aspectul profetic, această efervescenţă reprezintă reflexia unor preocupări şi flageluri majore specifice fiecărei epoci.

Un exemplu universal valabil despre marile teme ale culturii populare moderne îl constituie catastrofele nucleare, biologice, chimice şi cibernetice. Iar realitatea pe care, fatalmente, foarte puţini o percep în acest context este că – pe hârtie, deci în cărţi tipărite, ori pe ecran, operele considerate de ficţiune nu scapă niciodată ocazia de a sugera evenimentele care ar putea surveni din contextul dat.

Mult mai grav pentru modelarea mentalităţilor colective este însă faptul că numeroase dintre aceste creaţii nu manifestă nici cel mai mic interes faţă de circumstanţele producerii acelor evenimente absolut sumbre.

Pentru mulţi, o demonstraţie magistrală despre universul distopic o constituie romanul *La Peste* („Ciuma”) al lui Albert Camus. Sub aceeaşi temă, însă privită dintr-un unghi opus, alţii sunt atraşi mai degrabă de „Ciuma stacojie”, scris de Jack London. De ce o deosebire categorică între cele două?

Fiindcă, pe când primul roman este o descriere mai apropiată de tabloul psihologic în vreme de pandemie, al doilea relatează despre modul în care o societate evoluată se poate dezagrega rapid în urma unei catastrofe neaşteptate, îngropând şi încătuşând lumea de până mai ieri în amintirile câtorva eruditi izolaţi şi abia rareori (dacă nu chiar deloc) ascultaţi. Oare astăzi nu trăim chiar asemenea vremuri considerate până nu demult ficţiuni pure?

Fluturele şi ploaia

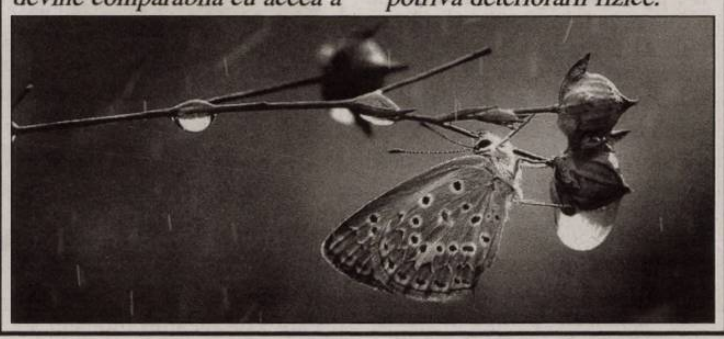
Una dintre cele mai fragile insecte de pe Terra, fluturele, este şi foarte expusă la posibilele intemperii obişnuite: vântul, ploaia, canicula, gerul. În cele mai multe cazuri, superba vietate devine victimă, fără drept de apel, însă în condiţiile ploii rezistă în mod aproape uimitor şi neaşteptat pentru noi.

Oamenii de ştiinţă au studiat impactul pe care picăturile de apă îl au asupra fluturelui, respectiv urmările contactului dintre ploile repezi şi aripile foarte sensibile ale acestuia. În acest sens, observaţia cea mai importantă a fost că suprafeţe biologice precum penele păsărilor şi aripile insectelor se comportă ca o îmbrăcăminte hidrofugă.

În natură, picăturile de ploaie pot cădea cu viteze ce pot ajunge la 10 metri pe secundă. Astfel, greutatea relativă a unei picături care loveşte aripa unui fluture devine comparabilă cu aceea a

unei bile de bowling care ar cădea asupra unui om de la o înălţime considerabilă. Se înţelege că pentru om, un asemenea impact ar fi fatal, însă nu acelaşi lucru se petrece şi cu fluturele sub ploaie.

Cercetătorii Universităţii Cornell (New York, SUA) au înregistrat un asemenea impact la căderea apei de la doi metri pe un eşantion reprezentând aripa de fluture, camera video înregistrând câteva mii de imagini pe secundă. Analiza a relevat faptul că ridicături microscopice, alternate cu straturi nanometrice de ceară, practic sparg şi risipesc picăturile de apă, protejând în acest fel suprafaţa fragilă împotriva deteriorării fizice.



Despre distanţare

Să vorbim corect!

În aceste vremuri nu foarte vesele în care, din cauza unor împrejurări independente de voinţa noastră – în cazul nostru teribila pandemie care a încremenit planeta – ni se dau la tv o serie de sfaturi folositoare. Unul dintre acestea se referă la „distanţarea socială”. În acest caz, trebuie să mărturisim că am rămas complet pe gânduri.

Despre ce distanţare socială este vorba?

Stau departe de vecin, pentru că eu am bani şi el nu, eu am mai multă şcoală şi el mai puţină, ai un statut superior şi el nu?!?

Exprimarea tradusă, probabil, din engleză, este complet greşită şi discriminatorie, aşa cum ne-au sesizat mulţi prieteni ai rubricii. Este drept că o întâlnim pe aproape toate posturile tv şi în vorbirea unor persoane cu un anumit grad de cultură.

De fapt oricât ar fi ele de cultivate nu strică din când în când să-şi arunce o privire în dicţionar, măcar aşa... pe fugă.

În felul acesta ar afla că trebuie să ne recomande „distanţarea fizică” pentru că în faţa bolii şi a morţii toţi suntem egali! *(I.S.)*

Visele, la capăt de drum

Mai devreme sau mai târziu, fiecare dintre noi ajunge la capătul firului roşu al vieţii şi nu puţini sunt cei care ar dori să cunoască dinainte ceea ce nu se poate anticipa cu-adevărat: momentul morţii şi ceea ce ar putea urma „după”. Firește că şi oamenii de ştiinţă s-au prins în acest joc în care nu există decât un aşa-zis câştigător, dar au stabilit câteva repere general valabile ce ar putea releva multe aspecte importante.

Unul dintre acestea trimite la ideea că visele şi viziunile ce apar spre sfârşitul vieţii unui om au această semnificaţie tulburătoare, de natură psihologică. Concluzia a venit în urma unui studiu realizat într-un centru de îngrijiri paliative, asupra unor pacienţi vârstnici, care aveau – o parte – sau nu – cealaltă parte, asemenea vise şi viziuni. Diferenţe semnificative au apărut între cele două categorii în termen de forţă personală, de transformări spirituale şi de evoluţie posttraumatică pozitivă – CPT (după o experienţă dramatică).

Insolitul studiu a dus la observaţii la fel de neaşteptate. Astfel, pacienţii cu o experienţă a viselor şi viziunilor spre sfârşitul vieţii au avut „scoruri” mai ridicate la toţi indicii, precum şi la CPT globală, în raport cu pacienţii „non-visători”. La fel de tulburătoare sunt subiectele viselor acestor persoane, aşa cum au putut fi ele relevate în urma cercetărilor.

Cel mai frecvent, pacienţii aflaţi în pragul „trecerii” îşi visează părinţii şi prieteni decedaţi (46%) sau părinţi şi prieteni în viaţă (17%). Numeroase vise reflectă experienţe trecute/trăite (28%), dar şi aşa-numita reîntâlnire cu fiinţe dragi decedate, care în mod frecvent le servesc drept protectori şi ghizi „dincolo” (72% !!!).

Alţi pacienţi au declarat că visele erau legate de pregătirile pentru plecarea către o destinaţie încă necunoscută. Dacă asemenea aspecte se poate afirma că sunt deosebit de interesante, la fel de important este faptul că aceste vise nu înspăimântă, nu au darul de a neliniști pacientul, ci – dimpotrivă – devin din ce în ce mai reconfortante.

Pentru că, spun clinicienii, în timp ce halucinaţiile provoacă frecvent anxietate, visele generează mai degrabă linişte interioară şi confort.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin” este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN”
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Cărămizile inteligente

stochează energia electrică

O cărămidă inteligentă, al cărei cost de producție nu depășește un euro, va putea fi folosită pentru stocarea electricității, la fel ca o baterie obișnuită, devenind materialul de construcție preponderent pentru locuințe și birouri.

Cercetătorii de la Universitatea Washington au descoperit o modalitate de a converti banalele cărămizi roșiatice cumpărate de la un magazin local în unități de stocare a energiei. Adăugând un înveliș de polimeri speciali, numiți PEDOT, bun conductor de electricitate, cercetătorii au reușit să transforme cărămida într-un dispozitiv de stocare a energiei, capabil să aprindă un LED.

Polimerii PEDOT se infiltrează în cărămidă, grație structurii poroase a acesteia și reacționează cu pigmentul roșu, format din oxid de fier sau rugină. Acest lucru generează reacția de polimerizare și transformă cărămida într-un „burete de ioni", care stochează și transmite electricitatea.

Savanții susțin că locuințele viitorului ar putea folosi noua versiune de cărămidă-baterie pentru a asigura funcționarea luminii electrice și altor dispozitive casnice. Doar 50 de cărămizi de acest tip ar putea furniza energia necesară iluminatului de urgență timp de cinci ore, în vreme ce o casă cu câteva camere ar putea fi total independentă energetic, grație acestei revoluționare metode.

XP-1 HYPERION

– autoturismul viitorului

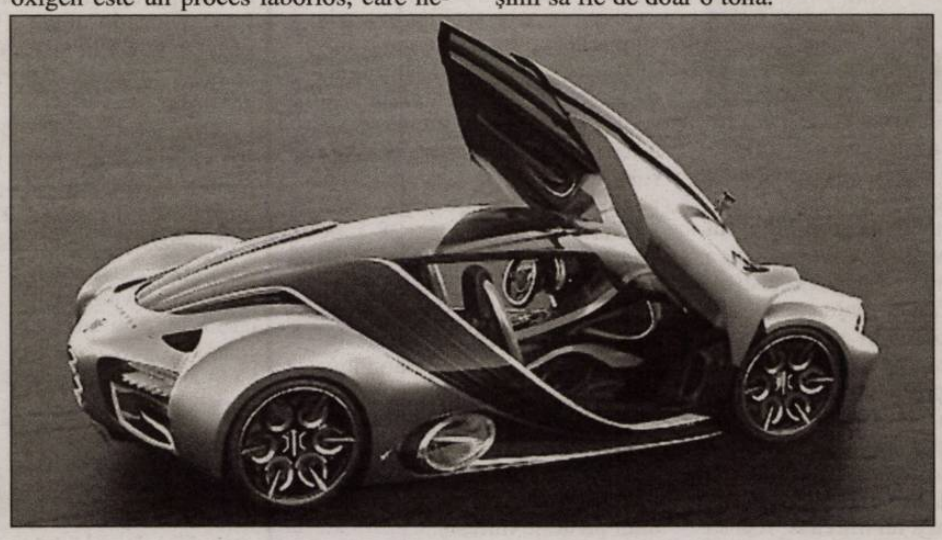
O companie producătoare de autovehicule din SUA a lansat recent o nouă „supermașină", capabilă să parcurgă peste 1.500 km cu un singur plin. XP-1 de la Hyperion poate accelera de la 0 la 100 km în mai puțin de 3 secunde, atingând o viteză maximă de 330 km/oră și fără să elimine decât vapori de apă!

Când va începe să fie fabricat în producție de serie, în 2022, autoturismul se va alătura altor mașini propulsate de hidrogen, precum Honda Clarity, Toyota Mirai și Hyundai Nexo, deși va fi mult mai performant decât acestea. Elementele aerodinamice ale ușilor care se deschid prin ridicare contribuie la atingerea unei viteze mai mari și sunt dotate totodată cu panouri solare, care-și pot schimba orientarea, pentru a urmări traiectoria soarelui. În habitaclu, învelișul de sticlă oferă o vedere de 360 de grade asupra exteriorului.

Autovehiculul folosește hidrogen care, spre deosebire de combustibilii fosili, este ușor disponibil, regenerabil și nu produce monoxid de carbon și alte emisii nocive. Dar separarea hidrogenului de oxigen este un proces laborios, care necesită la ora actuală resurse non-regenerabile, precum cărbune și gaze naturale.

În plus, este un gaz extrem de inflamabil, ceea ce generează o preocupare majoră privind siguranța din partea producătorilor acestui tip de vehicule. Directorul general al Hyperion, Angelo Kafantaris, spune însă că siguranța este cuvântul de ordine la compania sa, cu sediul în California. „Poți izbi rezervoarele de hidrogen de un zid de beton sau le poți împușca, ele nu se vor sparge".

Un alt avantaj al noului model este că realimentarea cu combustibil se face în doar câteva minute, comparativ cu multele ore cât îi trebuie, de pildă, unui autovehicul Tesla să se încarce complet. Modelul XP-1 stochează energia în rezervoare de fibră de carbon și nu folosește greoaiele baterii litiu-on clasice. Acest lucru, precum și caroseria ultraușoară din carbon și titan, permit ca greutatea mașinii să fie de doar o tonă.



Deocamdată, producătorii nu au anunțat prețul de vânzare, dar se estimează că acesta ar putea fi de câteva sute de mii de dolari. Pe de altă parte, compania Hyperion intenționează să investească serios în construirea de stații de alimentare cu hidrogen – deocamdată în America de Nord există doar 75 astfel de stații, jumătate dintre ele în California.

Cum funcționează celulele cu hidrogen?

Celulele cu hidrogen creează energia necesară funcționării bateriei și motorului autoturismului, amestecând hidrogenul și oxigenul pe plăci special tratate, care sunt combinate ca feliile dintr-un tort.

Oxigenul este colectat din aer prin tuburi speciale, montate în grilajul anterior al mașinii, iar hidrogenul este stocat în rezervoare de combustibil căptușite cu aluminiu, care se etanșeizează automat în caz de accident, pentru a preveni scurgerile.

Ingredientele sunt amestecate, producând electricitate și apă, ca produs secundar și făcând din această tehnologie una dintre cele mai „tăcute" și mai prietenoase cu mediul din câte există. Cercetări recente au sugerat că mașinile propulsate cu hidrogen ar putea constitui într-o zi un concurent serios pentru actualele autoturisme electrice, dar doar dacă sunt construite mai multe stații de alimentare pentru ele.

Costurile construirii și întreținerii unei asemenea stații depășesc însă 2 milioane de dolari. La ora actuală, în lume circulă doar 6.475 de mașini cu hidrogen, dintre care 53% în SUA, 38% în Japonia și 9 % în Europa.

Algoritmi ai rețelelor de socializare contra grupărilor interlope

Rețelele criminale, precum cele care susțin temuta Mafie siciliană, au trăsături neobișnuite, care le fac atât dificil de analizat, cât și dificil de distrus din exterior. Experți criminaliști din Marea Britanie și Italia au aplicat însă algoritmi specifici marilor companii de social media din lume și au identificat tehnici care pot decide ce membrii individuali ai respectivelor organizații interlope trebuie arestați pentru ca întreaga rețea să se prăbușească. Metoda ar putea fi aplicată și pentru țintirea precisă a altor grupări criminale, inclusiv a organizațiilor teroriste.

În studiul efectuat, Lucia Cavallaro de la Universitatea Derby și Annamaria Ficara, de la Universitatea Palermo, au compilat date provenite din dosarele celor două mari clanuri mafiote active în sudul Italiei la începutul anilor 2000. Folosind aceste date, echipa mixtă de cercetători a creat simulări ale rețelelor criminale și au testat modalități de măsurare a nivelului de influență deținut de fiecare mafiot, pornind de la algoritmii folosiți de rețele social media precum Facebook.

Abordarea a demonstrat că de multe ori cei mai influenți indivizi nu erau cei din conducerea oficia-

lă a organizațiilor, ci mai curând „marginali" care însă jucau un rol cheie în comunicarea din sânul rețelei mafiote. „Neutralizând doar 5% dintre membrii organizației, eficiența întregii rețele a scăzut cu 70%, potrivit simulărilor noastre", explică dr. Cavallaro.

Mătreața, eliminată doar cu ajutorul dietei?

Un scalp uscat și care provoacă mâncărimi și mătreață este coșmarul oricărui om din zilele noastre, mai ales când neplăcuții „fulgi" aterizează pe umerii unui sacou sau unei cămăși impecabile. În ciuda tratamentelor și medicamentelor inventate pentru rezolvarea acestei probleme, milioane de persoane din întreaga lume se confruntă în continuare cu mătreața.

Soluția, spun specialiștii, ar putea consta nu în tratamente medicale, care împiedică doar producerea efectelor, ci într-o dietă sănătoasă, care rezolvă cauza problemei, respectiv factorul care declanșează apariția mătreții. Dr. Stephanie Sey, una dintre cele mai cunoscute specialiste în boli ale scalpului din SUA susține că alimentația joacă rolul crucial în stoparea acestei probleme inestetice.

„O dietă echilibrată, compusă din carbohidrați, grăsimi sănătoase, proteine, fibre, vitamine și minerale este cel mai bun lucru pe care-l puteți face pentru părul vostru. Alimentele procesate, ca fast-food și mâncărurile semipreparate, care constituie alegerile favo-

rite pentru milioane de oameni din întreaga lume sunt de obicei excesiv de bogate în zahăr, grăsimi și grăsimi nesănătoase, dar și în aditivi chimici. Aceste alimente nu conțin nutrienții de care organismul nostru are nevoie pentru a rămâne sănătos, iar părul este chiar ultimul dintre sistemele corpului care primește nutrienți, deoarece este și unul dintre sistemele mai puțin esențiale. Secretul unui păr și al unui scalp sănătos constă într-un consum adecvat de proteine (părul este format din proteine) și de acizi grași omega-3, importanți pentru producerea de sebum și umidificarea scalpului", susține dr. Sey.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Tabloul care a schimbat ISTORIA ANGLIEI

În zilele noastre, comunicarea se află la un click distanță și putem vedea pe cineva instantaneu, indiferent în ce colț al lumii s-ar afla. Odinioară însă, când nu existau nici Facebook, nici Skype sau WhatsApp și nici măcar aparate de fotografiat, era dificil să știi cum arată o anumită persoană și singura soluție ca să te lămurești era, adesea, realizarea unui portret al respectivei persoane.

La această soluție a apelat și regele englez Henric al VIII-lea, când a dorit să se însoare pentru a patra oară. Doar că pictorul trimis de el să imortalizeze chipul pretendentei a fost cel puțin măgulitor cu aceasta, determinând un lanț de evenimente care vor trimite pe un alt făgaș istoria Angliei – dacă mariajul s-ar fi fructificat prin moștenitori regali, poate că Elisabeta I n-ar fi ajuns niciodată regină.

La acel moment, regele englez avusese deja trei soții – pe Caterina de Aragon, moartă de cancer la doar 50 de ani, pe Anne Boleyn, executată din porunca regelui pentru „înaltă trădare", și pe Jane Seymour, moartă la 12 zile după ce-l născuse pe moștenitorul mult dorit de rege, viitorul Edward al VI-lea.

Căutarea celei de-a patra consoarte a început imediat după moartea lui Jane Seymour, fiind dirijată de atotputernicul cancelar al lui Henric, Thomas Cromwell, dar controlată strict de rege, care a declarat că nu se va însura cu o femeie decât dacă va ști dinainte cum arată.

Prima vizată a fost Christina, văduva puternicului duce al Milanului, Francesco Sforza, o frumusețe de 16 ani și cea mai râvnită mireasă de pe continent. Cum nu exista posibilitatea unei vizite regale în Italia, Cromwell a venit cu ideea de a-l trimite la Milano pe pictorul curții, Hans Holbein cel Tânăr, pentru a-i face portretul ducesei. Tabloul l-a impresionat pe Henric, care s-a îndrăgostit pe loc!

Dar tânăra Christina nici n-a vrut să audă de o posibilă căsătorie, spunând: „Dacă aș avea două capete, aș risca să devin regina Angliei, dar nu am decât unul" – aluzie la soarta ingrată a multora dintre soțiile lui Henric.

Anne de Cleves

În plus, frumoasa ducesă era îngrozită la gândul de a fi soția unui bărbat care avea aproape de trei ori vârsta și greutatea ei!

Dezamăgit, Henric i-a cerut lui Cromwell să-i pețească fiica unui puternic principe protestant, pentru a întări puterea acestui cult pe continent și a avea un aliat contra Papei, așa că acesta și-a îndreptat atenția către fiica ducelui de Cleves, Anne, o prințesă germană în vârstă de 24 de ani. Henric a fost de acord, cu condiția să știe mai întâi cum arată viitoarea lui mireasă. Așa că la curtea din Cleves a fost trimis tot Holbein, care, dornic să o picteze pe Anne într-o postură cât mai favorabilă, a exagerat, se pare... La vederea portretului, Henric a simțit din nou că se îndrăgostește pe loc (nici nu-i trebuia prea mult!) și a cerut să-i fie adusă viitoarea soție. Doar că vederea în realitate a acesteia i-a provocat un șoc.

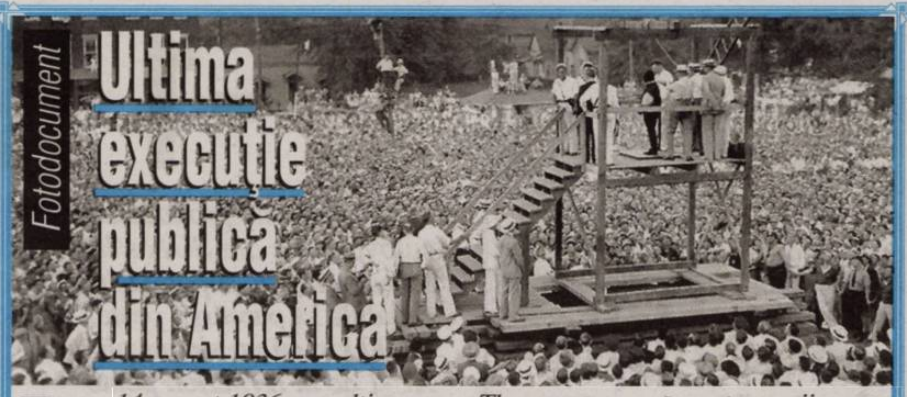
Viitoarea mireasă nu era nici pe departe mândrețea din pictura lui Holbein, ci o tânără banală, insensibilă, mohorâtă, lipsită de inteligență și de pasiune pentru artele frumoase – singura ei preocupare fiind țesutul!

Îngrozit, regele i-a cerut lui Cromwell să găsească o cale de desfacere a mariajului, dar era deja prea târziu, așa că Henric a fost forțat să se însoare. Evident, în noaptea nunții nici nu s-a atins de mireasă, pe care el o numea „iapa flamandă", aluzie la statura ei impozantă, și chiar se lăuda sfetnicilor, ulterior, că „în dimineața următoare am lăsat-o la fel de fecioară pe cât am găsit-o".

Regele și-a îndreptat furia asupra lui Cromwell și acesta a fost condamnat fără judecată pentru înaltă trădare și decapitat în Turnul Londrei, pe 28 iulie 1540. În aceeași zi, Henric s-a căsătorit cu următoarea sa soție, Kathryn Howard, una dintre domnișoarele de onoare ale lui Anne Cleves, care va sfârși însă tot decapitată. În mod uimitor, pictorul Holbein n-a pățit nimic pentru că „ratase subiectul", dar nici nu a mai primit vreodată comanda de a picta portretul vreunei posibile mirese...

Fotodocument

Ultima execuție publică din America



Pe 14 august 1936, o mulțime estimată la circa 20.000 de oameni s-a înghesuit la Owensboro, Kentucky, spre a urmări ultima execuție publică, prin spânzurătoare, din Statele Unite. Condamnatul, un tânăr negru de 22 de ani, fusese găsit vinovat de violarea și uciderea unei văduve albe în vârstă de 70 de ani și își recunoscuse fapta. Legea cerea ca șeriful local să execute sentința, însă acesta murise de trei luni, iar soția lui, Florence Thompson, mamă a patru copii, a refuzat să-și asume macabra sarcină. În cele din urmă, călău a fost un ofițer de poliție pensionat, Arthur Hash, care era atât de băut încât a fost nevoie de multe insistențe pentru ca el să fie în stare să tragă levierul care cobora trapa spânzurătoarei. Multe ziare au denunțat „carnavalul sadic" prilejuit de această execuție, iar doi ani mai târziu, Curtea Supremă din statul Kentucky a abolit execuțiile publice.

„Operațiunea Catapulta": De ce a scufundat Churchill flota franceză?

La începutul celui de-al Doilea Război Mondial, flota britanică era cea mai puternică din lume, urmată de cea a SUA, a Japoniei și a Franței. Capitularea aproape neverosimilă a francezilor, în iunie 1940, a generat posibilitatea ca Hitler să preia controlul asupra flotei acestora.

Premierul britanic Churchill știa că nu poate permite un asemenea lucru, așa că i-a cerut amiralului François Darlan, comandantul flotei franceze, garanții că își va saborda navele în cazul în care germanii vor încerca să le preia. La acea dată, o parte dintre vasele Marinei Naționale se aflau deja ancorate în Marea Britanie, altele găsindu-se în portul Alexandria, Egipt, dar mai ales la Mers-el-Kébir și Oran, în Algeria.

Amiralul și-a dat cuvântul de onoare că va proceda astfel, însă Churchill nu a avut încredere în el și a declanșat „Operațiunea Catapulta", menită să neutralizeze complet flota franceză de război. Inițial, au fost capturate navele franceze aflate în porturi britanice. Apoi, o puternică forță de intervenție a Royal Navy, sub conducerea amiralului Sir James Somerville, a fost desfășurată la Mers-el-Kébir.

Navelor franceze de aici li s-au transmis patru opțiuni: să se alăture Royal Navy în lupta contra Germaniei naziste, să navigheze cu echipaje reduse într-un port britanic și să rămână acolo până la sfârșitul conflictului, să navigheze către Indiile de Vest sau SUA și să rămână acolo sau să se saborddeze (scufunde) în șase ore. În absența unui răspuns satisfăcător, britanicii au lansat ceea ce Somerville va numi ulterior „un atac rușinos" împotriva aliaților lor, pe 3 iulie 1940. Bombardamentul aerian a dus la uciderea a aproape 1.300 de marinari și soldați francezi, la scufundarea unui distrugător și la avarierea altor cinci nave de luptă.

Se pare că Winston Churchill a mai avut un motiv pentru atac. El era disperat să obțină sprijin american și, potrivit secretarului său principal, Eric Seal, „era convins că americanii ar fi fost impresionați dacă dovedea intransigență în lupta cu un inamic nemilos; iar în mintea lui reacția americană față de atacul nostru asupra flotei franceze era de primă importanță".

În noiembrie 1942, germanii au încercat să preia controlul asupra flotei franceze de la Toulon, dar toate navele militare, inclusiv puternicul Strasbourg, au fost sabordate de marinari francezi, ca dovadă că acțiunea britanică de la Mers-el-Kébir fusese un gest nejustificat de trădare a aliatului francez.

Churchill a primit atunci o scrisoare din partea amiralului Darlan, în care se spunea: „Domnule prim-ministru, mi-ați spus că sperați să nu predau flota, iar eu v-am răspuns că nici nu se pune problema să o predau. Mi se pare că nu m-ați crezut pe cuvânt. Distrugerea flotei noastre de la Toulon tocmai a dovedit că mi-am ținut cuvântul dat."

Astăzi în istorie

3 septembrie 1658

Richard Cromwell devine Lord Protector

În aceeași zi în care tatăl său, Oliver Cromwell, a murit (3 septembrie 1658), Richard Cromwell a fost numit Lord Protector al Angliei. Al treilea fiu al marelui comandant de oști și lider politic puritan, care adusese victoria Revoluției burgheze din 1642, Richard Cromwell era născut pe 4 octombrie 1626 și a servit în armata parlamentară în 1647-1648, devenind apoi, grație influenței tatălui său, membru al Parlamentului.

Ca unic fiu supraviețuitor al lui Cromwell, el a fost desemnat succesor al acestuia, deși experimentatul politician știa că Richard nu avea niciuna dintre calitățile sale și îl critica permanent pentru „lenea și goana după plăceri", de neconceput pentru un puritan fanatic cum era Oliver Cromwell.

De altfel, lipsa de voință și bărbăție a lui Richard Cromwell a fost ilustrată și prin poreclele pe care poporul englez i le-a dat: „Dick Împiedicatul" sau „Regina Dick". Încă de la începutul regimului său, Richard a stârnit furia generalilor armatei, proclamându-se comandant suprem al acesteia, deși avea o experiență militară precară.

Riposta a fost pe măsură: generalii au forțat convocarea așa-numitului „parlament al resturilor", care fusese dizolvat de tatăl lui Richard în 1653. Noul Parlament l-a demis pe Lordul Protector și pe 25 mai 1659 acesta a abdicat oficial.

Din cauza datoriilor mari acumulate în timpul mandatului său, Richard Cromwell s-a văzut obligat să fugă la Paris, în 1660, spre a scăpa de creditori. În capitala Franței a trăit câțiva ani, sub numele de împrumut John Clark, după care s-a mutat la Geneva.

Abia în 1680 a revenit în Anglia, cu promisiunea că nu va mai avea niciun fel de ambiții politice și a murit izolat și uitat la Cheshunt, comitatul Hertfordshire, pe 12 iulie 1712, la venerabila vârstă de 85 de ani.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de știut

Despre consumul exagerat de carne se știe că mărește, în general, aportul de grăsimi saturate, de colesterol, sare și calorii, ceea ce crește riscul de afecțiuni cardiovasculare, inclusiv hipertensiune arterială sau de boli ale metabolismului grăsimilor.

De asemenea, se știe că peștele este unul dintre puținele alimente care conțin acizi grași nesaturați esențiali pe care organismul nu îi poate produce și al căror aport trebuie asigurat prin alimentație. Acizii grași esențiali au acțiune antiinflamatoare și contribuie la regenerarea și protecția celulară.

E bine de știut că peștele conține proteine

Un aliment valoros

de foarte bună calitate, este o carne ușor de digerat, iar proteinele au o biodisponibilitate mai bună decât cele din produsele lactate, adică se absorb mai repede în organism. Mai ales peștele de mare gras conține așa-numiții acizi EPA și DHA, despre care se spune că reduc riscul de atac de cord și de accident vascular cerebral. Încă un amănunt: cu cât peștele este mai gras, cu atât conținutul de acizi grași nesaturați valoroși este mai mare.

Mai trebuie știut că peștii de acvacultură au niveluri de acizi grași omega 3 infinit mai mici decât peștii sălbatici, din cauza hranei pe care o primesc, predominant pe bază de plante. Substanțele nutritive din pește sunt direct proporționale cu modul în care a crescut peștele – sălbatic sau „de cultură” – și de ceea ce a mâncat. Așadar, nu ezitați să includeți în dietă peștele, ideal de două ori pe săptămână.

Dr. ANDY ANDREI

Erori de stil

Mai ales pentru femeile ce au trecut de 50 de ani și sunt mai rotunjoare, a devenit aproape o obsesie aceea de a părea mai slabe. Pentru aceasta este important să mizați pe îmbrăcăminte de calitate. O croială dizgrațioasă, un imprimeu prost ales

și o mărime nepotrivită dezavantajează silueta.

Evitați să îmbrăcați haine cu o talie mai mare. Alegeți întotdeauna îmbrăcăminte bine ajustată pentru a etala o siluetă perfectă. Dacă vă cunoașteți bine corpul alegeți croiala care vă pune în valoare. Eliminați fustele prea lungi care vă micșorează înălțimea, modelele care vă îmbătrânesc, seturile, fustele plisate sau pantalonii nedefiniți. Preferați jeanși cu talie înaltă sau o fustă midi din denim, butonată. Alegeți o curea pentru a contura talia la o rochie, un mantou sau o bluză lungă. Nu tăiați linia picioarelor cu botine prea scurte purtate cu o fustă mini, respectați întotdeauna proporțiile.

Evitați imprimeurile nepotrivite. Toate dungile sunt proscrise pentru că efectul optic este dezastruos: îngrașă. Sunt privilegiate culorile uni, dar atenție la negru, mai ales dacă aveți părul gri, pentru că riscați să evidențiați imperfecțiunile figurii (riduri, pete brune etc.).

Dacă aveți de camuflat rotunjimi, evitați îmbrăcămintea care atrage privirea: strălucitoare, satinată, aurie. Strălucirile pun în lumină micile defecte așa că purtați-le în zonele convenabile ale siluetei dumneavoastră.

Uitați de drapeuri și pliseuri prea pronunțate. Acest volum suplimentar nu va crea cel mai frumos efect.

Atenție la guler. Gulerul trebuie să fie delicat pentru că unul montat „tasează” bustul. Optați pentru un guler în V care pune în valoare decolteul.

Look de excepție

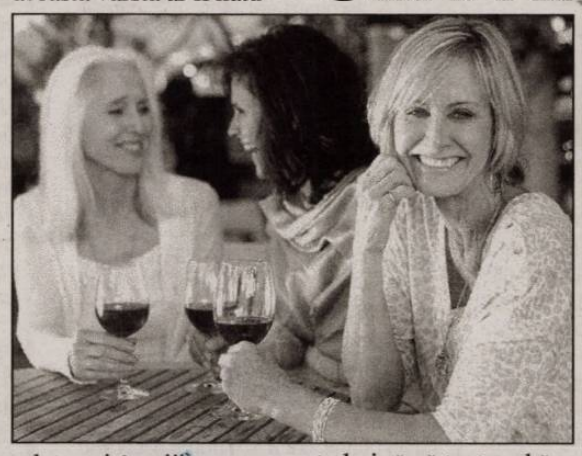
Pentru dumneavoastră, doamnă

Cu ani în urmă cărțile despre „bunele maniere” nu numai că erau socotite utile, dar se bucurau chiar de succes.

Azi unele sfaturi din această sferă stârnesc controverse, când se referă la doamnele mature. Și pentru a ne situa pe o linie mediană în acest subiect, voi porni de la premisa că orice vârstă ai avea, ai exact vârsta potrivită pentru a iubi, a visa și a te bucura de viață.

Și totuși, mai ales psihologii spun că dacă ai peste 50 de ani, pentru a arăta impecabil și a-ți prelungi tinerețea, ar trebui să scapi de unele deprinderi din tinerețe.

1 Machiajul în exces este una dintre deprinderile deranjante. Să ieși din casă ziua machiată precum ai merge la o sesiune foto este o mare greșeală. Specialiștii sunt de părere că look-ul perfect pentru această vârstă ar fi natural.



2 Fumatul în public este dezavuat. Dacă o tânără își permite să scoată din geantă un pachet de țigări și o brichetă, pentru o doamnă de 50 de ani acest lucru arată mult prea inestetic. Specialiștii califică un astfel de comportament, în plină stradă, vulgar și inestetic.

3 Odată cu trecerea anilor nu ar mai trebui să vă tenteze băuturile alcoolice. Dacă în tinerețe v-ați permis să consumați alături de prieteni tot felul de băuturi, în cantități variabile, după 50 de ani ar fi bine să vă rezumați la o singură cupă de șampanie, un pahar de vin sau puțin coniac. La o petrecere sau într-un restaurant controlați-vă poftele pentru a nu deveni „amuzantă”.

4 Unele femei continuă să se îmbrace cu haine prea strâmte sau prea scurte. Din obișnuință sau nu, dorința este de a arăta sexy. Garderoba unei femei de peste 50 de ani arată bine cu haine de bună calitate, comode și practice.

5 O atenție specială trebuie acordată și bronzului. O piele bronzată, catifelată, atrăgătoare în tinerețe nu reprezintă un avanaj pentru o doamnă matură. O piele prea bronzată va scoate în evidență mai mult semnele vârstei.

Specialiștii ne asigură că un somn liniștitor și un machiaj natural, cu „un nor” de pudră sunt suficiente pentru un look de excepție.

Gastronomice

Chifteluțe cu sos de ciuperci

400 g carne de vacă, 300 g carne de porc, 200 g pâine albă, 2 cepe, 2 ouă, verdeață, 400 g ciuperci, 125 g făină, 100 g unt, 400 ml lapte, 300 g smântână, ulei, piper, sare.

Carnea se dă prin mașina de tocat. Ceapa se toacă mărunt și se călește în ulei. Franzela se înmoaie în apă, apoi se stoarce bine. Verdeața se toacă mărunt. Se amestecă totul și se adaugă sarea, piperul și ouăle. Se formează chifteluțe, se trec prin făină și se prăjesc în ulei. Ciupercile se taie felii, se călesc în unt, se adaugă restul de făină și se călește fără a se rumeni, se stinge cu lapte și apoi se amestecă bine cu smântână. În acest sos se pun chifteluțele și se fierb 25 minute.

Sos de muștar cu tarhon

2 lingurițe muștar, o linguriță zahăr, 100 ml ulei, sare, 1/2 linguriță oțet, 2 lingurițe tarhon.

Se amestecă muștarul cu zahărul și se freacă turnând uleiul picătură cu picătură. Se potrivește de acru și de sărat, apoi se subțiază, dacă e necesar, cu puțin oțet. La urmă se adaugă tarhonul tocat.

Supă de dovlecei

4 dovlecei, un morcov, 1 păstârnac mic, o ceapă, 50 g unt, o ceașcă orez, 2 litri apă, 1/2 lingură făină, 150 g smântână, sare.

Se curăță zarzavatul de supă, se spală bine, se pune într-o oală cu apă și sare la foc. Când zarzavatul este bine fiert, se strecoară supa. Dovleceii se curăță, se taie în felii nu prea subțiri ca să nu se sfărâme, se pun în supa care clocotește, o dată cu orezul, și se lasă la fiert, la foc mic, 15-20 de minute. Se topește untul într-o tigaie, se pune făina, se amestecă bine, se adaugă câteva linguri cu zeamă de supă, apoi se răstoarnă în supă și se mai lasă la fiert 10-15 minute. Când supa este gata, se adaugă smântâna și se servește.

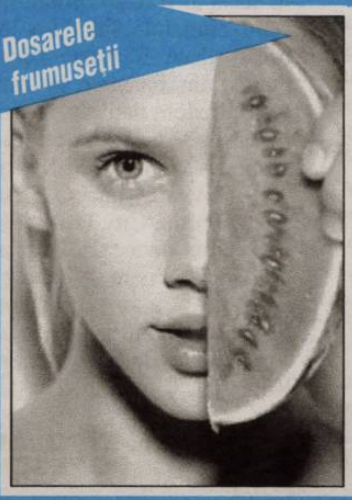
Ruladă cu nucă

8 ouă, 180 g zahăr, 170 g nucă prăjită și măcinată, 2-3 plicuri zahăr vanilat, coajă de lămâie.

Se bat gălbenușurile cu zahărul, zahărul vanilat, nuca și la final se amestecă ușor albușurile bătute spumă. Se pune aluatul într-o tavă unsă și tapetată cu făină. După ce s-a copt foaia, se răstoarnă pe un șervet curat și umed. Se unge foaia cu cremă sau gem, la alegere. Se rulează și se glasează cu ciocolată topită, nucă de cocos, nuci prăjite și tăiate mărunt.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseții



3 măști naturale

Beneficiile pepenelui verde sunt numeroase: este plin de apă, bogat în vitamina A, C, B6 și în antioxidanți. Este perfect pentru controlul excesului de sebum, stimulează colagenul, previne îmbătrânirea prematură a pielii.

1 O mască ideală pentru calmarea epidermei, hrănirea acesteia și restabilirea strălucirii sale. O felie de pepene verde, o lingură de miere și un albuș de ou se pun în blender pentru a obține o textură netedă. Se aplică pe față pentru 20 de minute, apoi se clătește cu apă călduță.

2 Sucul de pepene verde este excelent pentru închiderea porilor și pentru rafinarea texturii pielii. Se combină sucul de pepene cu sucul de la o jumătate de lămâie și se aplică pe fața curată, bine demachiată. Pentru că lămâia este fotosensibilizată această mască se aplică doar seara. Regula aceasta este valabilă pentru orice mască ce conține lămâie.

3 Pentru a repara daunele cauzate de soare, respectiv piele uscată, lipsită de vitalitate, este necesară o exfoliere. Omogenizați 200 g zahăr cu 65 ml suc de pepene verde, sucul de la o jumătate de lămâie și 1 lingură de ulei de măsline. Cu acest amestec, la duș masați ușor tot corpul, apoi înlăturați masca folosind apă din belșug.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Al treilea articol OZN în The New York Times

Ralph Blumenthal şi Leslie Kean sunt cei care au publicat în *The New York Times,* faimosul articol din decembrie 2017 despre proiectul OZN al Pentagonului şi cu cazul portavionului *Nimitz* din Pacific, ca şi un alt articol, în mai 2019, despre incidentele din preajma portavionului *Theodore Roosevelt* din Atlantic.

Iată că, pe14 mai 2020, faimoasa publicaţie a mai înserat în paginile sale şi un al treilea articol al celor doi autori, intitulat: „Rapoartele Marinei descriu întâlniri cu obiecte zburătoare inexplicabile"

Ca răspuns la cererile depuse în temeiul Legii privind libertatea informaţiilor (FOIA) de către mai multe grupuri de presă, inclusiv *The New York Times, US Navy* a publicat recent mai multe rapoarte de siguranţă a zborului, neclasificate, privind opt incidente de tip OZN produse între 27 iunie 2013 şi 13 februarie 2019. Conform acestora, pilotii de vânătoare ai Marinei au raportat întâlniri apropiate cu vehicule aeriene neidentificate, inclusiv câteva periculoase. Două s-au întâmplat în aceeşi zi, potrivit unuia dintre cele opt rapoarte. Trei dintre incidente au avut loc în spaţiul aerian de utilizare exclusivă, ceea ce înseamnă că nicio altă aeronavă nu fusese autorizată să zboare în acea zonă.

Rapoarte de risc

În aprilie 2020, Departamentul de Apărare a autentificat trei videoclipuri, publicate anterior de *The Times*, înfăţişând întâlniri aeriene OZN. Ele sunt însoţite de relatările piloţilor Marinei care au asistat la întâlniri.

Incidentele din videoclipuri au fost cercetate în Pentagon, în cadrul unui program puţin cunoscut, numit „Programul avansat de identificare a ameninţărilor aerospaţiale" (AATIP). Acesta a analizat, ani de zile, rapoarte despre obiecte zburătoare neidentificate. Existenţa biroului care a derulat acest program a fost revelată pentru prima dată de *The Times* în decembrie 2017.

Unele dintre întâlniri deveniseră publice şi înainte, dar comunicările privind Legea referitoare la libertatea informaţiilor au vizat direct registrele oficiale ale Marinei care documentează toate incidentele, incluzând şi descrierile piloţilor privind ceea ce au văzut. Înregistrările Marinei, cunoscute sub denumirea de „rapoarte de risc" *(hazard records),* iau în considerare atât observaţiile radar cât şi pe cele vizuale, inclusiv întâlnirile apropiate cu vehicule aeriene sau „sisteme de avioane fără pilot".

O parte dintre incidente au implicat escadrilele de luptă de la bordul portavionului *Theodore Roosevelt.* Unul dintre foştii piloţi *F/A-18 Super Hornet,* Lt. Ryan Graves, a descris anul trecut o întâlnire apropiată, din dreptul oraşului Virginia Beach, cu ceea ce arăta ca o sferă zburătoare care înfăşura un cub, după cum relatase un pilot coleg al său, care a şi raportat cazul la ofiţerul de securitate al escadrilei.

Incidentul a fost documentat într-un raport cu puţine detalii, pe 27 iunie 2013, care afirma că echipajul unui avion al Marinei a văzut ceva trecând la aproximativ 60 de metri, pe partea dreaptă. În conformitate cu raportul, „aeronava avea o culoare albă şi aproximativ dimensiunea şi forma unei drone sau a unei rachete", cu o dâră de fum vizibilă, emisă din secţiunea din spate. Nicio agenţie nu executa zboruri de drone sau lansări de rachete în acea perioadă şi zonă, se arată în raport. „Vehiculele aeriene fără pilot reprezintă o ameninţare semnificativă de coliziuni aeriene", a raportat ofiţerul comandant.

Incidentele au inclus şi alte escadrile, nu doar *VFA-11 „Red Rippers"* de la Baza Aeriană Navală Oceana (Virginia). Conform documentelor, comandanţii au luat în serios incidentele, avertizând cu privire la probabilitatea unei coliziuni în aer.

Oficialii Departamentului Apărării nu acceptă, evident, că obiectele ar putea fi extraterestre, iar experţii săi spun că „pot fi găsite în general explicaţii pământeşti" pentru astfel de incidente. Şi alţi oameni de ştiinţă subliniază că lipsa unei explicaţii terestre plauzibile nu constituie încă o dovadă a originii extraterestre. În interviurile avute, cinci dintre piloţii implicaţi au evitat, şi ei, să facă speculaţii cu privire la sursa obiectelor. Marina, în rapoartele sale, s-a abţinut, de asemenea, de la orice astfel de prezumpţie.

Un raport despre un incident OZN din 18 noiembrie 2013 constata alarmant: „Datorită dimensiunilor mici, multe UAS-uri din Statele Unite ale Americii sunt greu de remarcat vizual şi puţin aparente pe radare; prin urmare, ele prezintă un risc semnificativ de coliziune aeriană". Raportul folosea prescurtarea UAS (de la *unmanned aircraft systems)* pentru toate sistemele de aeronave fără pilot, inclusiv pentru ceea ce am putea numi OZN-uri.

După mai puţin de o lună, un pilot care a fost asigurat că nu există trafic în zona sa a detectat o ţintă radar la o altitudine de 3.500 de metri şi la o distanţă de mai puţin de o milă. „El a fost capabil să identifice vizual o mică imagine albă la locul indicat de urma radar", se arată în raport.

Şi pe 26 martie 2014 a fost depus un raport de aproape-coliziune, în spaţiul aerian cu utilizare exclusivă. Incidentul a implicat două aeronave *F/A-18E Super Hornet* din escadrila VFA-106, care zburau deasupra Oceanului Atlantic, în largul ţărmului statului Virginia, când au observat un obiect pe radar. Un pilot a raportat că s-a apropiat de ţinta radar şi a văzut un obiect metalic, argintiu, de mărimea unei valize. Pilotul a trecut la 300 de metri de obiect. „Nu l-a putut identifica", scrie în raport.

Pilotul a transmis informaţiile către Facilitatea locală de control şi supraveghere a zonei alocate flotei, care a primit mai multe rapoarte similare de observare în ultimele luni. „Acest fapt prezintă o preocupare semnificativă pentru siguranţă, având în vedere că aeronava necunoscută a fost detectată într-o zonă de utilizare exclusivă", a declarat ofiţerul comandant. „Ar putea fi doar o chestiune de timp până când una dintre aeronavele noastre *F/A-18* va avea o coliziune în aer cu un UAS neidentificat".

Pe 23 aprilie 2014, două obiecte, care nu răspundeau la mesajul de a se identifica, au fost urmărite pe radar. În acelaşi timp, au fost observate alte două obiecte relativ mici zburând cu viteză mare în largul coastei Virginia, afirmă un alt raport. S-a spus din nou că evenimentele reprezintă „o ameninţare severă pentru aviaţia navală... Aceasta a fost a doua apariţie observată de escadrilă în ultimele 10 luni."

Aeronavă necunoscută

Cel mai recent incident inclus în documentele eliberate pe baza Legii privind libertatea informaţiilor nu pare să fie legat de un obiect zburător neidentificat. Pe 13 februarie 2019, un balon meteorologic roşu a fost depistat la 8.100 de metri de patru aeronave, în condiţiile în care nu trebuia să se afle nimic în acea zonă. Raportul a concluzionat: „balon meteorologic lansat fără a anunţa canalele corespunzătoare".

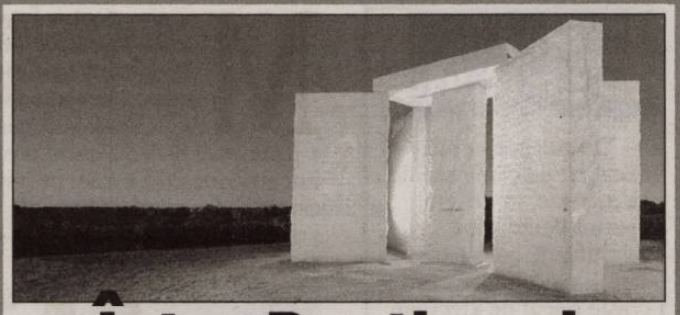
În aceeaşi zi, de 14 mai, în care a fost publicat articolul din *The New York Times*, apărea, la compania britanică *Sky News*, un articol cu aceeaşi temă, scris de Emily Mee. Se comenta că „Rapoartele de risc" de la *Navy Safety Center*, publicate pentru prima dată de site-ul *Drive*, dezvăluiau mai multe incidente, între care unul în care un pilot a întâlnit o „aeronavă necunoscută", care avea „aproximativ dimensiunea unei valize şi culoarea argintie". În timpul întâlnirii, din martie 2014, un avion al Marinei „a trecut la o distanţă de 1.000 de picioare" de obiect, dar nu a putut identifica identitatea aeronavei. Pilotul „a încercat să recâştige contactul vizual cu aeronava, dar nu a putut", se mai arăta în raport.

Articolul din *Sky News* salută şi eliberarea, de către Pentagon, a celor trei videoclipuri scurte, înregistrate de piloţii marini în noiembrie 2004 şi ianuarie 2015. Pasionaţii de OZN cunoşteau deja aceste videoclipuri, care circulau online, dar a fost prima dată când Pentagonul a lansat videoclipurile în mod oficial.

Documentele recent eliberate par să identifice un număr de aeronave drept drone sau „sisteme aeriene fără pilot (UAS)". Nick Pope, care a investigat anterior OZN-urile în cadrul Ministerului Apărării al Regatului Unit, a declarat pentru *Sky News* că filmele lansate de Pentagon ar putea arăta ceva „extraterestru", dar nu putea da o „explicaţie definitivă".

Pope spunea: „Admiţând că nu avem de-a face cu o combinaţie între percepţia greşită a pilotului şi anomalii ale camerelor în infraroşu (ceea ce este puţin probabil, deoarece multe dintre date au fost capturate şi pe radar), rămân foarte puţine opţiuni". Ar mai putea fi „O tehnologie americană tip proiecte negre, testată în orb împotriva armatei ca parte a procesului de evaluare, o dronă rusă sau chineză angajată în recunoaştere, sau ceva cu adevărat necunoscut şi da, poate chiar extraterestru."

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ



Între Beatles şi Georgia Guidestones

De peste o jumătate de secol, în mai multe state din sud-estul SUA se vehiculează o sintagmă aparent ciudată, care acoperă toate aspectele vieţii locuitorilor de toate etniile, religiile, tradiţiile etc., dar în primul rând cu raportare directă la social: *Bible Belt* („Centura Bibliei"). Este, putem spune, un curent ce amestecă noţiuni dintre cele mai diverse propagate de fundamentalişti creştini şi care suscită reacţii pornind de la fascinaţie şi extaz, până la revoltă şi oroare.

Un elegant domn grizonat...

Acest straniu curent ce pare un preludiu al anarhismului se spune că a fost declanşat de binecunoscuta şi şocanta afirmaţie făcută în 1966 de John Lennon la un post de radio din Alabama, potrivit căreia cei patru membri ai celebrei trupe Beatles erau „mai populari decât Iisus". Legătura cu monumentul de piatră a cărui paternitate nimeni nu vrea să şi-o asume se focalizează pe mesajul transmis de textul gravat pe suprafeţele sale în opt limbi. Partizanii săi vedeau aici un apel la raţiune, în timp ce detractorii îl considerau un adevărat decalog al lui Antichrist.

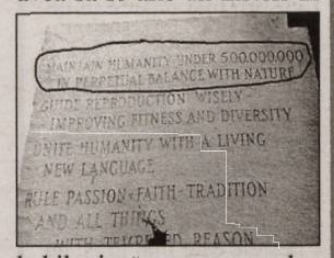
Indiferent de controverse, toţi sunt de acord că realizatorii „anonimi" ai cărţii de granit ştiau foarte bine ce fac. Din punct de vedere tehnic şi ştiinţific, structura a fost concepută într-o manieră savantă, „funcţionarea" ei urmând la perfecţie evoluţia soarelui. Se ştie, totuşi, că istoria de patru decenii a monumentului a început într-o după-amiază de iunie a anului 1979, când un bărbat elegant, cu părul grizonat, s-a prezentat la sediul Elberton Granite Finishing (EGF), o întreprindere ce se ocupa cu tăierea lespezilor de granit vândute apoi pentru diverse construcţii. A spus că se numeşte Robert C. Christian şi că reprezintă „un mic grup de buni cetăţeni americani"!

Re-Facerea Lumii

Joe Fendley, directorul general al EGF l-a privit mai întâi cu un aer absent. Însă, pe măsură ce necunoscutul îşi prezenta proiectul, a împins deoparte dosarele la care lucra şi i-a acordat toată atenţia. Vizitatorul nu doar că solicita o piatră cum firma sa niciodată nu mai extrăsese, dar voia şi ca aceasta să fie polizată şi asamblată în aşa fel încât să alcătuiască un fel de instrument astronomic gigantic.

Cu ce scop? – a întrebat Fendley, neliniştit. Celălalt i-a explicat că structura respectivă va servi drept busolă, calendar şi orologiu. De asemenea, urma ca pe ea să se graveze un ansamblu de instrucţiuni în opt dintre cele mai răspândite limbi de pe planetă: engleză, spaniolă, rusă, chineză, arabă, ebraică, hindi şi swahili.

Pe placa superioară însă avea să se afle un înscris în



babiloniană, greaca veche, sanskrită şi cu hieroglife egiptene. Mai mult, ea trebuia să reziste la cele mai cumplite catastrofe posibile, astfel ca o omenire decimată să se poată folosi de acest „instrument" pentru a reconstrui o civilizaţie terestră superioară celei care tocmai se va fi autodistrus.

Între timp, Fendley a decedat, însă un jurnalist de la un post TV din Atlanta i-a obţinut o ultimă declaraţie, după ce Georgia Guidestones a fost ridicat. Mărturia era şocantă: „Mi-am zis atunci: *Am de-a face cu un ţicnit. Cum să-l scot afară?".*

Apoi directorul a încercat să-l descurajeze cerându-i un preţ de câteva ori mai mare decât ar fi fost normal, iar când ciudatul client l-a întrebat dacă îi poate recomanda un bancher în care are încredere deplină, a simţit că sosise prilejul optim să scape de vizitator. Şi l-a trimis la Wyatt Martin, directorul Granite City Bank. Până în ziua de astăzi, doar aceşti doi oameni – Fendley şi Martin – s-au aflat faţă-n faţă cu bărbatul grizonat, al cărui nume, de fapt... nu era Robert C. Christian!

ADRIAN-NICOLAE POPESCU